PARCOURS DU NUTRINAUTE
SUR LE SITE www.etude-nutrinet-santé

Ce document présente le parcours pratique du Nutrinaute sur le site Internet de l'étude, intégrant son cheminement sur les pages publiques, son inscription, et le remplissage des questionnaires sur son espace personnel.

Le sujet intéressé, motivé par la campagne multimédia, les canaux relais Internet, les affiches dans les réseaux professionnels divers, le parrainage d'un autre nutrinaute… se connecte au site www.etude-nutrinet-sante.fr.

PAGE D'ACCUEIL

Lorsque le volontaire se connecte, la fenêtre d'accueil du site s'affiche présentant outre un message de bienvenue, une vidéo de Christelle Ballestrero (journaliste santé à France 2). Le volontaire peut soit écouter la vidéo soit consulter le texte de la vidéo qui s'affiche en cliquant sur le bouton « Afficher le texte de la vidéo ».



Texte de la vidéo :

Bienvenue sur le site de l'étude NutriNet-Santé, le site dédié à la cohorte de 500 000 « nutrinautes » engagés pour la recherche dans le domaine de la nutrition.

Vous trouverez sur ce site toutes les informations sur ce grand programme de recherche destiné à mieux comprendre les comportements alimentaires et les relations Nutrition-Santé : quels en sont ses objectifs, quelles sont les raisons de sa mise en œuvre en France, qui coordonne cette étude, qui la finance et comment fonctionne-t-elle ?

Au travers des informations qui figurent sur ce site, vous comprendrez que vous avez l'opportunité de participer à une exceptionnelle aventure scientifique et humaine pour faire progresser les connaissances dans le domaine de la prévention nutritionnelle des grandes maladies auxquelles nous sommes aujourd'hui confrontés dans les pays industrialisés : cancers, maladies cardiovasculaire, obésité, diabète, hypertension,….

En vous inscrivant à cette étude pilotée par l'INSERM et par de nombreux organismes de recherche et universités, étude soutenue par le Ministère de la Santé, l'Institut National de la Prévention et de l'Education pour la Santé, l'Institut de Veille Sanitaire et la Fondation pour la Recherche Médicale, vous deviendrez un véritable acteur indispensable à la réussite de cette recherche.

Votre engagement citoyen sera utile pour vous, vos proches et les générations futures. En passant quelques dizaines de minutes en répondant à des questionnaires sur Internet (sur l'alimentation et la santé) dans les semaines à venir ; puis chaque mois, en consacrant une vingtaine de minute à cette étude, sachez que vous deviendrez un des maillons forts permettant aux chercheurs de disposer des moyens de faire progresser les connaissances scientifiques et de les traduire ensuite en recommandations nutritionnelles de santé publique pour réduire le risque de maladies. Cela ne vous coûtera, bien sur, rien ; les questionnaires sont simples à remplir, il suffit de se laisser guider sur Internet (tout est prévu) ; vous n'avez besoin d'aucune formation, aucun apprentissage, juste un peu de patience et d'attention… Vos données personnelles seront protégées et ne seront accessibles qu'aux chercheurs en charge de l'étude.

Alors, n'hésitez pas, faites comme moi, aidez la recherche !
Participez en vous inscrivant à cette magnifique étude. Cliquez sur les rubriques de ce site qui éventuellement vous permettront de tout comprendre et devenez l'un des 500 000 volontaires qui constitueront la grande chaîne des nutrinautes.
Au nom des chercheurs et au nom de tous ceux qui bénéficieront dans le futur des fruits de cette recherche merci et à bientôt dans l'étude NutriNet-Santé.

Divers encadrés peuvent également être présents sur la page d'accueil, notamment pour informer le Nutrinaute des dernières nouveautés sur le site (actualités, chiffres de la semaine, nouveau dossier scientifique, communiqué de presse, témoignages…).

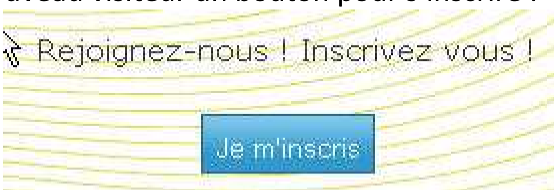


Ce premier écran présente sur le coté un menu avec les différentes rubriques accessibles à tous les internautes :

Accueil
Pourquoi l'étude NutriNet-Santé ?
Objectifs de l'étude
L'étude NutriNet-Santé en bref
Qui peut participer ?
Pourquoi participer ?
Comment s'inscrire ?
Mode d'emploi
Qui coordonne ?
Partenaires ? Qui finance ?
Actualités de l'étude
NutriNet-Santé dans la presse
Foire aux questions

Vidéos NutriNet-Santé

Sur la première page est également proposé au nouveau visiteur un bouton pour s'inscrire :



Ou la possibilité de saisir son identifiant et son mot de passe pour les Nutrinautes déjà inscrits souhaitant se rendre dans leur espace personnel (accès membre) :



PAGE : POURQUOI L'ETUDE NUTRINET-SANTE ?

Cette page présente une vidéo du Pr Hercberg (coordinateur de l'étude NutriNet-Santé) et la possibilité de lire le texte de la vidéo.



Texte de la vidéo :

De nombreuses études scientifiques (chez des malades ou volontaires sains, au niveau des populations, ou sur des modèles animaux ou cellulaires) ont mis en évidence le **rôle joué par la nutrition comme facteur de protection ou de risque des maladies les plus répandues en France**, comme dans l'ensemble des pays industrialisés, qu'il s'agisse des cancers, des maladies cardiovasculaires, de l'obésité, du diabète de type 2, des dyslipidémies, de l'hypertension artérielle…

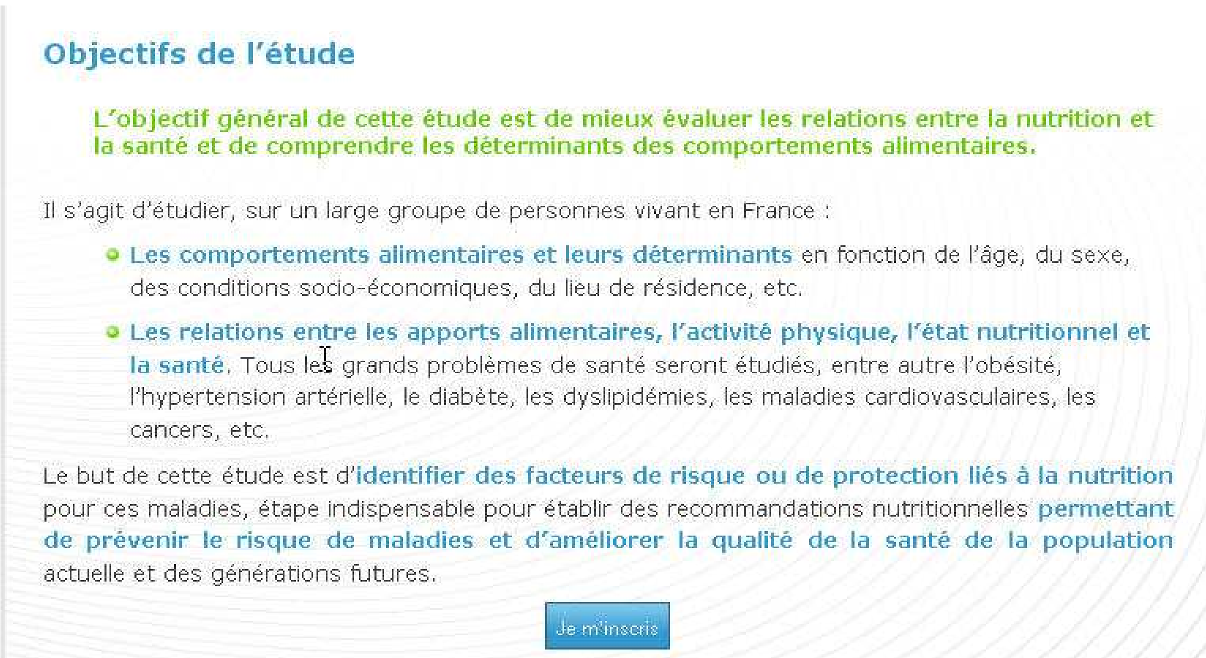
La nutrition n'est pas le seul déterminant de ces problèmes de santé. En effet, **des facteurs génétiques, biologiques et environnementaux interviennent dans l'apparition de ces maladies**. Pour mettre en évidence le rôle spécifique des facteurs nutritionnels, il est indispensable de développer les **études de « cohorte » (groupe de sujets suivis pendant plusieurs années) portant sur de très grandes populations**. Au travers de ce type d'étude, on peut ainsi mesurer de façon précise les apports alimentaires mais aussi prendre en compte les autres déterminants, tels que l'activité physique, le poids, le tabagisme, les antécédents familiaux… et regarder les liens avec la santé et le risque de maladies.

Identifier des facteurs de risque ou de protection liés à la nutrition, pour les maladies qui sont devenues aujourd'hui des problèmes majeurs de santé publique, constitue une étape indispensable pour établir des recommandations nutritionnelles visant à prévenir ces maladies et à améliorer la santé des populations.
Tel est l'objectif ambitieux de l'étude NutriNet-Santé et voilà pourquoi les chercheurs ont besoin de vous !

Sur cette page comme sur toutes les autres pages publiques, un bouton permet aux nouveaux visiteurs de s'inscrire.



PAGE : OBJECTIFS DE L'ETUDE



Objectifs de l'étude

L'objectif général de cette étude est de mieux évaluer les relations entre la nutrition et la santé et de comprendre les déterminants des comportements alimentaires.

Il s'agit d'étudier, sur un large groupe de personnes vivant en France :

- **Les comportements alimentaires et leurs déterminants** en fonction de l'âge, du sexe, des conditions socio-économiques, du lieu de résidence, etc.
- **Les relations entre les apports alimentaires, l'activité physique, l'état nutritionnel et la santé**. Tous les grands problèmes de santé seront étudiés, entre autre l'obésité, l'hypertension artérielle, le diabète, les dyslipidémies, les maladies cardiovasculaires, les cancers, etc.

Le but de cette étude est d'**identifier des facteurs de risque ou de protection liés à la nutrition** pour ces maladies, étape indispensable pour établir des recommandations nutritionnelles **permettant de prévenir le risque de maladies et d'améliorer la qualité de la santé de la population** actuelle et des générations futures.

Je m'inscris

PAGE : L'ETUDE NUTRINET-SANTE EN BREF

Cette page présente une vidéo de Christelle Ballestrero ainsi que le texte de la vidéo.

L'étude NutriNet-Santé en bref



Visionnez la vidéo

ou

lisez le texte correspondant ci-dessous.

Il s'agit d'une **étude dite de cohorte** (c'est-à-dire portant sur un groupe de sujets suivis pendant plusieurs années) **réalisée sur une large population** (500 000 participants : les Nutrinautes) **suivie pendant une période d'au moins 5 ans pour étudier les relations nutrition-santé.**

L'ensemble des Nutrinautes est suivi grâce au site Internet NutriNet-Santé pendant toute la durée de l'étude permettant aux participants de fournir aisément et gratuitement toutes les informations nécessaires pour que les chercheurs puissent avancer dans leur programme de recherche.

Pour devenir membre de l'étude NutriNet-Santé, tous les participants doivent d'abord remplir 5 questionnaires sur le site Internet de l'étude :

- Questionnaire sociodémographique et mode de vie
- Questionnaire santé
- Questionnaire anthropométrique (mesure du poids, de la taille...)
- Questionnaire activité physique
- Questionnaires alimentaires (répartis sur 3 jours d'enquête)

Pendant 5 ans, les participants doivent remplir ces questionnaires de base chaque année. D'autre part, dans le cadre de leur suivi, **les Nutrinautes reçoivent chaque mois un e-mail les informant de l'avancement de l'étude** et de l'actualité en Nutrition et Santé. Il leur est également proposé dans cet e-mail de **remplir d'éventuels questionnaires complémentaires** utiles aux chercheurs pour mieux évaluer l'état nutritionnel et la santé des participants (20 minutes maximum pour remplir un questionnaire).

Tous les questionnaires sont remplis directement sur le site Internet, à l'aide d'une interface conviviale et sécurisée. **Toutes les conditions de confidentialité et de sécurité informatique et physique des données sont assurées.** Pour plus d'informations sur la confidentialité et la sécurité des données, voir « Mode d'emploi ».

Par un accès privé direct (identifiant et mot de passe), les Nutrinautes bénéficient, sur le site Internet de l'étude, d'informations permanentes sur l'**état d'avancement de l'étude** et ses résultats, ainsi que de multiples **informations sur la santé** et les progrès de la recherche médicale.

Je m'inscris

PAGE : QUI PEUT PARTICIPER ?

Qui peut participer ?

Toutes les personnes **âgées de 18 ans** et plus et habitant en **France métropolitaine et d'Outre-Mer** (DOM, TOM, COM et POM) peuvent participer à l'aventure NutriNet-Santé.

Il vous suffit d'**avoir accès à Internet** et de disposer d'une **adresse e-mail individuelle**.

> Si vous êtes utilisateur de *Macintosh* nous vous recommandons d'utiliser le navigateur Mozilla **Firefox**.
>
> La participation est totalement bénévole. De plus, elle n'induit aucun frais supplémentaire pour le participant.

Je m'inscris

PAGE : POURQUOI PARTICIPER ?

Cette page contient des informations permettant de motiver l'internaute à s'engager dans NutriNet. Entre autres sont présents des témoignages de Nutrinautes et des messages textes ou vidéo de personnalités célèbres soutenant l'étude.

Pourquoi participer ?

Votre participation bénévole permettra d'aider la recherche médicale dans le domaine de la prévention nutritionnelle des maladies, sans que cela vous prenne beaucoup de temps !

Participer à cette étude est un acte citoyen exemplaire qui fera de vous **un véritable acteur d'un grand programme de recherche** dont les retombées seront utiles pour vous et pour les générations futures.

En devenant membre de la cohorte NutriNet-Santé, vous aiderez, bien sûr, les chercheurs mais vous aurez également **un accès privilégié sur l'état d'avancement de l'étude**, ses résultats et bénéficierez de **multiples informations sur la science et les progrès de la recherche médicale**.

Grâce au site Internet dédié aux nutrinautes, vous pourrez également trouver tout un tas de jeux, d'**animations dans le domaine de la nutrition et de la santé**, et vous pourrez **partager vos passions et hobbies avec d'autres nutrinautes** qui, comme vous, sont des acteurs de la recherche.

> **Alors rejoignez-nous en devenant un des 500 000 Nutrinautes prêts à participer à cette grande aventure scientifique et humaine !**

Je m'inscris

> **Les chercheurs** en charge de l'étude NutriNet-Santé **ne sont pas habilités à effectuer des consultations médicales ni à fournir des recommandations médicales personnalisées** auprès des participants de l'étude. En cas de questions particulières concernant votre état de santé, nous vous invitons à vous adresser directement à votre médecin traitant.

Découvrez le témoignage des Nutrinautes....



Aurélie : « *Nous assistons de nos jours à une croissance exponentielle des cancers, maladies cardio-vasculaires, problèmes d'obésité... au sein de nos populations occidentales notamment.* ***Il est donc primordial de tenter d'établir des liens entre santé et nutrition****, et ainsi de lister les* ***facteurs de risque*** *liés à la nutrition, au contexte de vie de chacun (pratique de sport, antécédents génétiques...), afin de* ***sensibiliser la population****. S'il est difficile de contrôler à notre petit niveau l'air que l'on respire, on peut au moins agir sur les aliments que nous ingérons au quotidien.* »

Anne : « *Le projet m'a paru intéressant puisqu'il s'étendait sur une* ***période assez longue pour permettre une étude sérieuse*** *de l'impact du mode de vie et du régime alimentaire sur l'état de santé de différents sujets . J'ai pensé aider la recherche dans ce domaine, sachant qu'il est toujours nécessaire mais difficile de rassembler un échantillon de la population assez large afin de valider les résultats de toute étude. On va peut-être identifier tous les facteurs environnementaux qui façonnent notre état de santé.* »





Muriel et Serge : « *Cette étude menée sur plusieurs années, n'est* ***absolument pas contraignante*** *pour le participant, l'amène à la réflexion quant aux effets que peuvent avoir notre alimentation habituelle et nos habitudes de vie sur l'apparition et le développement de certaines maladies dans notre organisme.*

Nous pensons que ***des informations fondamentales seront obtenues au terme de cette étude*** *qui permettront de réaliser des progrès significatifs dans la connaissance et l'apparition de certaines maladies liées à l'alimentation.* »

... et celui de nos parrains

Yves Duteil





NUTRINET SANTÉ

Devenez acteur de la recherche pour aider la médecine à mieux agir sur les risques de maladie et sur les moyens de guérir...

C'est la plus grande aventure scientifique et humaine engagée à ce jour pour faire avancer les politiques publiques de santé.

PAGE : COMMENT S'INSCRIRE

La page comprend un texte explicatif sur l'inscription ainsi qu'un écran animé.



PAGE : MODE D'EMPLOI

Cette page présente une vidéo de Christelle Ballestrero avec le texte de la vidéo.



Texte de la vidéo :

Une fois inscrit, vous pouvez accéder à votre espace personnel de participant à l'étude NutriNet-Santé. Pour cela, vous devez saisir, dans l'« **ACCÈS MEMBRE** » en haut à droite de l'écran, l'identifiant personnel et le mot de passe que vous avez reçus par e-mail.

La première connexion déclenchera automatiquement le **tirage au sort des 3 journées d'enquêtes alimentaires** (sur une période de 2 semaines) pour lesquelles il vous sera demandé de saisir vos consommations alimentaires.

Bon à Savoir

Si vous savez d'avance que vous risquez d'être indisponible dans les 2 semaines qui arrivent à cause d'un voyage, de vacances ou autres, nous vous conseillons de cliquer sur le bouton **« non, je ne démarre pas l'étude tout de suite »** et de vous reconnecter quand vous disposerez de plus de temps.

Une fois le tirage au sort effectué, vous trouverez toutes les informations utiles sur l'étude NutriNet-Santé (des systèmes d'aide s'appuyant sur des textes, des vidéos ou des animations vous aideront pour le remplissage des questionnaires. Il vous suffira de choisir le mode d'aide que vous préférez !).

Ensuite, vous aurez **accès à vos questionnaires**. Pour devenir membre de la cohorte NutriNet-Santé, vous devez absolument remplir 5 questionnaires concernant vos caractéristiques sociodémographiques et votre mode de vie, votre état de santé, vos mesures anthropométriques (poids, taille…), votre activité physique dans la vie quotidienne et votre alimentation (3 jours d'enquête).

Vous trouverez également sur votre espace personnel des informations sur **la vie du site NutriNet-Santé,** telles que l'actualité de l'étude NutriNet-Santé (son état d'avancement, ses échos dans la presse,

etc.), l'actualité scientifique, des messages des chercheurs en charge de l'étude, ainsi qu'un système automatique pour, si vous le souhaitez, inviter des amis ou des proches à participer à l'étude.

Si vous voulez en savoir plus sur l'étude ou si vous rencontrez des difficultés sur le site, vous pourrez consulter les **Questions/Réponses** de notre foire aux questions (FAQ).
Vous pourrez aussi, à tout moment, nous envoyer un message, via la rubrique **« Nous contacter »**.

L'inscription est très simple et ne vous prendra que quelques minutes !

Informatique et logiciels

- Le plugin **Adode Flash Player** version 9 et + est requis pour le remplissage des questionnaires alimentaires et la lecture les vidéos présentes sur le site NutriNet-Santé.

Pour installer le pluging Fash Player cliquer ici. Get ADOBE® FLASH® PLAYER

- Nous vous conseillons d'utiliser un navigateur pour lequel ce site est optimisé :
    - **Internet Explorer** version 6 et +
    - **Firefox** version 2 et +
- Il est important que les cookies soient activés pour le bon fonctionnement du site.
- Si vous êtes utilisateur de *Macintosh* sachez que vous ne pouvez pas encore participer à l'étude NutriNet-Santé. Nous travaillons sur la compatibilité de nos outils Internet avec les systèmes *Macintosh*.

Confidentialité et sécurité des données
Cette étude est développée par une équipe de recherche publique (Inserm/Inra/Cnam/Université Paris 13). Toute information concernant les Nutrinautes est traitée de façon confidentielle. A l'exception des chercheurs responsables de l'étude, qui traitent les informations dans le plus strict respect de la confidentialité, l'anonymat est totalement préservé. Les résultats de cette étude ne seront utilisés qu'à des fins scientifiques et leur publication ne comportera aucun résultat individuel.

S'agissant de données nominatives, les Nutrinautes bénéficient à tout moment, du droit d'accès et de rectification des données les concernant auprès des responsables de l'étude conformément à la loi 78-17 du 06 janvier 1978 relative à l'Informatique, aux Fichiers et aux Libertés, modifiée par la loi n°94-548 du 1er juillet 1994, relative au traitement des données nominatives ayant pour fin la recherche dans le domaine de la santé. Le projet a reçu un avis favorable de la CNIL en date du XXXXX.

PAGE : QUI COORDONNE ?

Qui coordonne cette étude ?

L'etude NutriNet-Santé est coordonnée par :
l'**Unité de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle (UREN)**
(U 557 Inserm/ U 1125 Inra / CNAM /Université Paris 13)
UFR SMBH - Université Paris 13

Investigateur principal

- Pr Serge Hercberg (PU-PH Université Paris 13 & Hôpital Avicenne), Directeur de l'Unité de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle (UREN) et de l'Unité de Surveillance en Epidémiologie Nutritionnelle (USEN)

Co-investigateurs

- Dr Pilar Galan (Directeur de Recherche Inra), UREN
- Katia Castetbon (Responsable de l'Unité Nutrition, Institut National de Veille Sanitaire), USEN

Coordination scientifique

- Mathilde Touvier (CR2, Inserm), UREN
- Caroline Méjean (CR2, Inra), UREN
- Dr Sébastien Czernichow (MCU-PH Université Paris 13 & Hôpital Avicenne), UREN

Coordination opérationnelle

- Aurélie Malon (Chargée d'étude, Université Paris 13), UREN
- Clothilde Pollet (Chargée d'étude, Université Paris 13), UREN

Qu'est-ce que l'UREN ?

L' **Unité de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle** (UREN) est constituée de chercheurs qui développent, depuis de longues années, des études au niveau de population visant à **identifier, des facteurs de risque ou de protection liés à la Nutrition intervenant dans le déterminisme des maladies chroniques** (cancers, maladies cardiovasculaires, obésité, hypertension...). Cette unité constituée de médecins, épidémiologistes, statisticiens, biologistes a une grande habitude des études en population (études épidémiologiques), notamment dans le suivi de cohortes. L'UREN a mis en place depuis 1994 la cohorte **SU.VI.MAX** portant sur plus de 13 000 sujets adultes et, depuis 2003, l'étude **SU.FOL.OM3** portant sur 2500 sujets ayant des antécédents de maladies cardiovasculaires et qui sont suivis sur le plan de l'alimentation et la santé. C'est l'expérience acquise dans le cadre de ces études qui a permis de mettre au point les outils de l'étude NutriNet-Santé.

Je m'inscris

PAGE : PARTENAIRES, QUI FINANCE ?

Cette page présente les partenaires financeurs de l'étude. Les logos sont cliquables et mènent vers le site des partenaires.



Des textes de présentation de chaque partenaire sont disponibles dans la suite de la page. Pour obtenir l'affichage des textes en entiers, il suffit de cliquer sur « lire la suite ».

En savoir plus sur les partenaires

- Ministère de la Santé et des Sports
- InVS

> Établissement public, placé sous la tutelle du ministère chargé de la Santé, l'Institut de veille sanitaire (InVS) réunit les missions de surveillance, de vigilance... **Lire la suite.**

- INPES
- Fondation pour la Recherche Médicale **Un acteur essentiel de la recherche en France**

> Fondée en 1947, par d'éminents professeurs dont Jean Bernard et Jean Hamburger, la Fondation pour la Recherche Médicale a une position unique et très spécifique au sein de la recherche ... **Lire la suite.**

- INSERM

> Créé en 1964, l'Institut national de la santé et de la recherche médicale est un établissement public à caractère scientifique et technologique, placé sous la double tutelle du **ministère de la Santé** et du **ministère de la Recherche**... **Lire la suite.**

- INRA
- Cnam

> Grand établissement public, le Cnam relève du ministère chargé de l'enseignement supérieur et de la recherche. Il assure trois missions : la formation tout au long de la vie, la recherche technologique et l'innovation... **Lire la suite.**

- Université Paris 13
- IRESP

Les partenaires techniques sont également cités dans cette page.

Partenaires techniques

MXS

MXS-Medical Expert Systems, est la première entreprise à appliquer l'intelligence artificielle au domaine de la nutrition-santé créant une nouvelle ère dans le domaine de la prévention-santé... **Lire la suite.**

VOLUNTIS

VOLUNTIS est l'éditeur de **med**passport, suite logicielle hébergée (Software as a Service) de Gestion de la Relation Patient, destinée aux industriels de la santé... **Lire la suite.**

Nous remercions également les partenaires suivants pour leur aide dans la réalisation de l'Etude NutriNet-Santé :

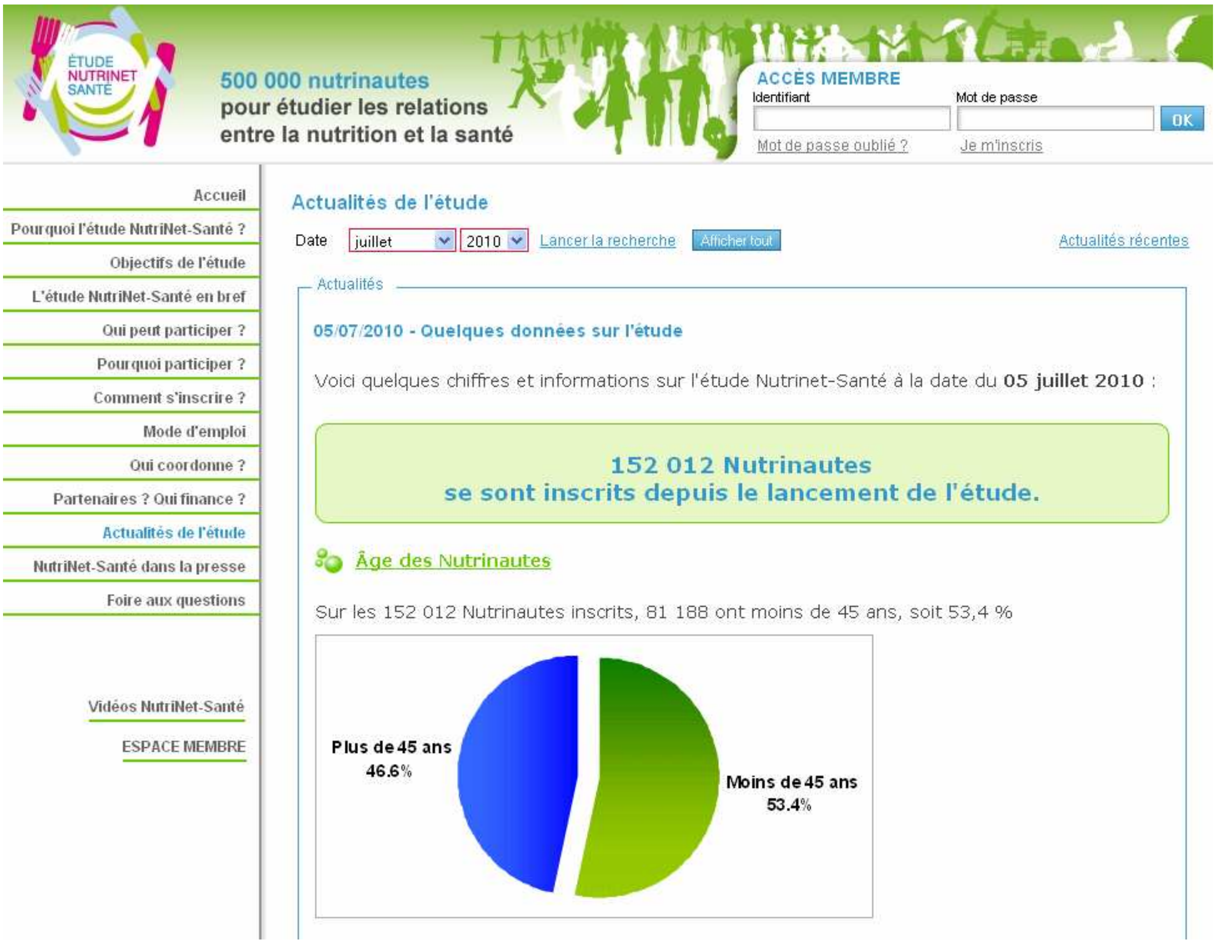
- Vidal L'information de référence sur les produits de santé
- Brainsonic
- Le Groupe Protéines
- centdegrés

Toutes les institutions, collectivités, entreprises, associations… qui ont participé à relayer l'appel au volontariat sont également remerciés dans cette page.

PAGE : ACTUALITES DE L'ETUDE

Cette page présente les différentes actualités du site par ordre chronologique :

- chiffres de la semaine,
- annonce des conférences de presse et des résultats intermédiaires de l'étude
- nouveautés sur le site, témoignages…



11/05/2010 - Premier anniversaire de l'étude NutriNet-Santé



Conférence de presse
11 mai 2010

Le **11 mai 2010,** date du premier anniversaire de l'étude NutriNet-Santé, le Professeur Serge Hercberg a tenu une **conférence de presse** au Conservatoire National des Arts et Métiers.

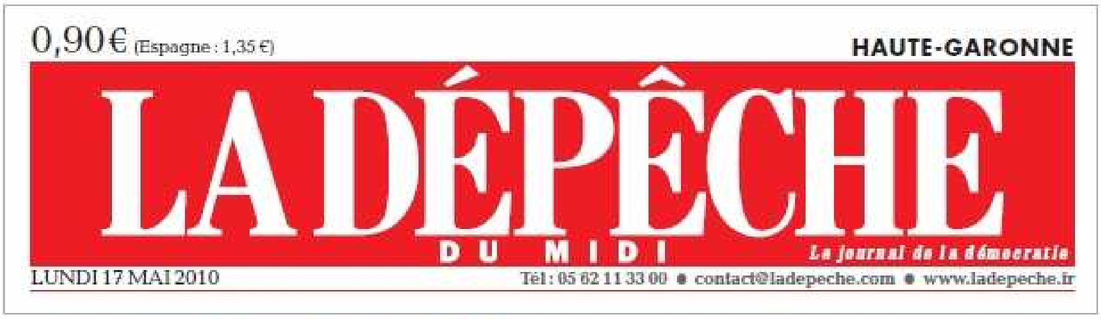
Télécharger le dossier de presse NutriNet-Santé du 11 mai 2010

PAGE : NUTRINET-SANTE DANS LA PRESSE

Ici est recensée la revue de presse : passages radio, TV, articles dans la presse écrite.

Exemples :

17/05/2010 - La Dépêche du Midi


0,90€ (Espagne : 1,35 €)
HAUTE-GARONNE
LA DÉPÊCHE DU MIDI
La journal de la démocratie
LUNDI 17 MAI 2010
Tél : 05 62 11 33 00 • contact@ladepeche.com • www.ladepeche.fr

Pièce jointe : article_la_depeche_17_05_10.jpg

14/05/2010 - La Montagne


lamontagne.fr
LA MONTAGNE
GroupeCentreFrance
CLERMONT-METROPOLE
VENDREDI 14 MAI 2010 - 0,90€
AUVERGNE
Nutrinet livre ses premiers résultats
PAGE 5

Pièce jointe : article_la_montagne_14_05_10.jpg

12/05/2010 - Le Quotidien de la Réunion et de l'Océan Indien


Le Quotidien
DE LA RÉUNION ET DE L'OCÉAN INDIEN

Pièce jointe : le_quotidien_de_la_reunion_12_05_10.jpg

11/05/2010 - Passages télévisés

TF1, Journal télévisé 13H



Voir ou revoir le JT de 13H

France2, Journal télévisé 13H



Voir ou revoir le reportage



Voir ou revoir l'interview du Pr Hercberg

PAGE : FOIRE AUX QUESTIONS

Dans cette page, le nutrinaute peut consulter une série de questions dont la réponse apparaît quand il clique sur le signe ✚.

Rechercher Afficher tout

Cliquez sur la question pour obtenir la réponse.

✚ 1 - C'est quoi une cohorte ?

✚ 2 - Comment devenir membre de l'étude NutriNet Santé ?

— 3 - Comment je serais informé si j'ai un nouveau questionnaire à remplir au cour de l'étude ?

Systématiquement et de façon automatisée, dans le cadre de leur surveillance, les nutrinautes recevront un rappel par e-mail les informant de la nécessité de compléter leur dossier en remplissant les nouveaux questionnaires (lien intégré dans l'e-mail). Le rythme sera, au maximum, d'un questionnaire par mois ne prenant, en général, pas plus de 20 min pour la saisie des données.

✚ 4 - Comment remplir les questionnaires de l'étude NutriNet-Santé ?

✚ 5 - Comment s'inscrire à l'étude NutriNet-Santé ?

✚ 6 - Confidentialité et sécurité des données ?

✚ 7 - Droits d'accès et de rectification des données informatiques

✚ 8 - Est-ce que je peux participer à l'Etude NutriNet-Santé depuis un ordinateur Macintosh ?

✚ 9 - Informatique et logiciels nécessaires

✚ 10 - Les participants à l'étude NutriNet-Santé sont ils rémunérés ?

✚ 11 - Pourquoi développer l'étude NutriNet-Santé ?

I. Inclusion des volontaires dans l'étude

a. Inscription

Afin de participer à l'étude, les volontaires doivent d'abord s'inscrire sur le site www.etude-nutrinet-sante.fr, en cliquant sur Je m'inscris sur la page d'accueil du site (lien également disponible à partir des autres rubriques publiques du site).

Une note d'information s'affiche explicitant les enjeux et contraintes de l'étude.



Texte entier :

Note d'information pour la participation à l'étude NutriNet-Santé : Etude de cohorte sur les comportements alimentaires et les relations Nutrition-Santé.

Depuis quelques années, des travaux scientifiques suggèrent que des facteurs nutritionnels sont susceptibles de modifier la fréquence des maladies qui constituent les grands problèmes de santé publique auxquels nous sommes confrontés en France, comme dans l'ensemble des pays industrialisés : cancers, maladies cardiovasculaires, obésité, diabète de type 2, dyslipidémies, hypertension artérielle,…

Identifier des facteurs de risque ou de protection de la santé liés à la nutrition et connaître les déterminants des comportements alimentaires constituent des étapes indispensables pour établir des recommandations nutritionnelles adaptées visant à réduire le risque de pathologies et améliorer la santé des populations.

L'unité de recherche en épidémiologie nutritionnelle (U557 Inserm/Inra/Cnam/Université Paris 13), dirigée par le Professeur Serge Hercberg, vous propose de contribuer au progrès de la recherche médicale en participant à **l'Etude NutriNet-Santé : étude de cohorte sur les comportements**

alimentaires et les relations Nutrition-Santé. Cette recherche est programmée sur une période initiale de 5 années.

Les contraintes pour les participants de cette étude sont de répondre, via Internet, à des questionnaires réguliers. Il vous sera demandé une fois par an de répondre à un questionnaire précisant votre alimentation (consommation durant 3 jours différents sur une période de 15 jours), votre activité physique dans la vie quotidienne, votre poids et taille, votre mode de vie ainsi que votre état de santé.

Il vous sera proposé de remplir dans l'année des questionnaires complémentaires utiles pour nous aider à mieux comprendre votre état nutritionnel et de santé. Chaque questionnaire ne prendra pas plus d'une demi-heure pour son remplissage. Vous serez informé des questionnaires à remplir par courriel.

Tous les questionnaires seront remplis directement sur le site internet, à l'aide d'une interface HTML conviviale et sécurisée. Toutes les conditions de sécurité informatique et physique des données seront assurées.

Toute information vous concernant recueillie pendant cette étude sera traitée de façon confidentielle. Les résultats de cette étude ne seront utilisés qu'à des fins scientifiques. Seuls les responsables de l'étude pourront avoir accès à ces données. A l'exception de ces personnes qui traiteront les informations dans le plus strict respect du secret médical, votre anonymat sera préservé. La publication des résultats de l'étude ne comportera aucun résultat individuel. Vous pourrez, si vous le souhaitez, avoir accès aux résultats globaux de l'étude.

Pour des raisons méthodologiques, nous serons susceptibles de vous contacter par téléphone ou de vous demander des justificatifs de domicile. Vos coordonnées ne seront transmises à aucun partenaire.

Les données enregistrées à l'occasion de cette étude feront l'objet d'un traitement informatisé par le promoteur. S'agissant de données nominatives, vous bénéficiez à tout moment du droit d'accès et de rectification des données vous concernant auprès des responsables de l'étude conformément à la loi 78-17 du 06 janvier 1978 relative à l'Informatique, aux Fichiers et aux Libertés, modifiée par la loi n°94-548 du 1er juillet 1994, relative au traitement des données nominatives ayant pour fin la recherche dans le domaine de la santé. Le projet a reçu un avis favorable de la CNIL en date du 24 février 2009 (Numéro de dossier 908450).

Vous pouvez décider en cours d'étude d'arrêter votre participation sans avoir à vous justifier, sans encourir aucune responsabilité ni aucun préjudice de ce fait.

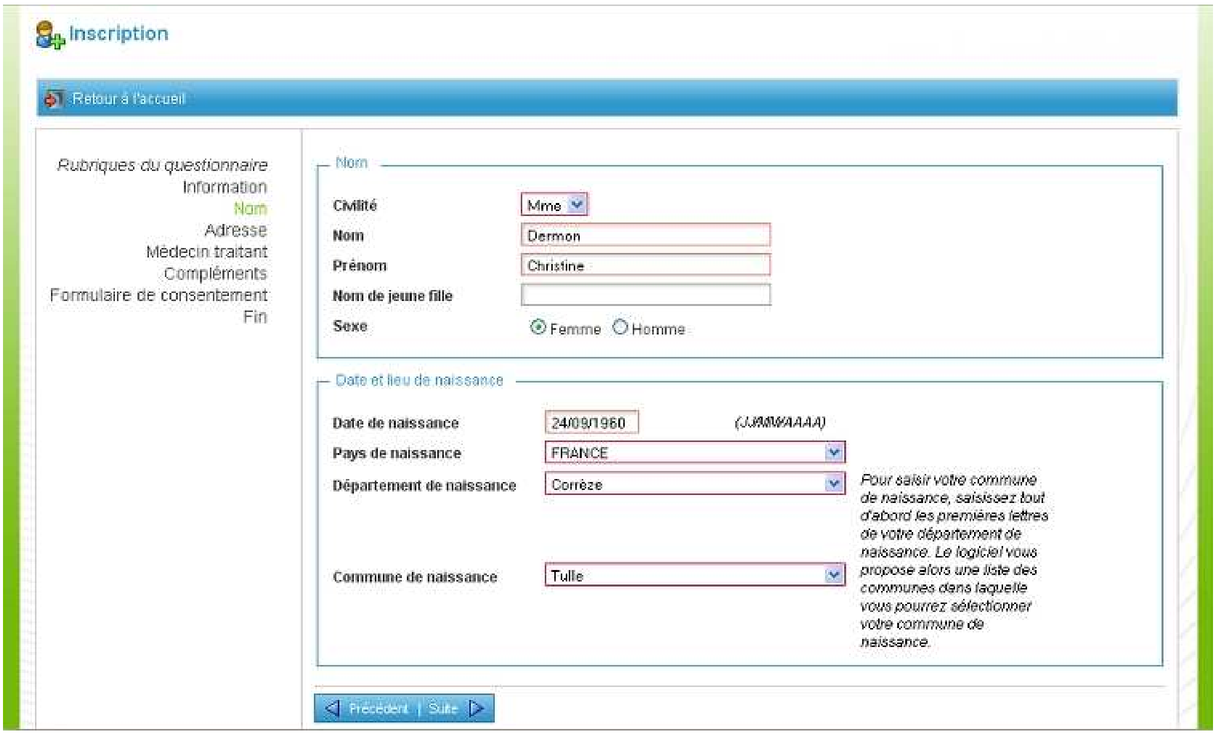
Si vous êtes d'accord pour participer à cette recherche, nous vous invitons à signer le formulaire de consentement.

Nous vous remercions par avance de l'attention que vous porterez à cette étude et à l'intérêt qu'elle représente pour la santé de tous.

Pr Serge Hercberg
Professeur de Nutrition à la Faculté de Médecine – Paris 13
Directeur de l'U557 Inserm/U1125 Inra/Cnam/Université Paris 13

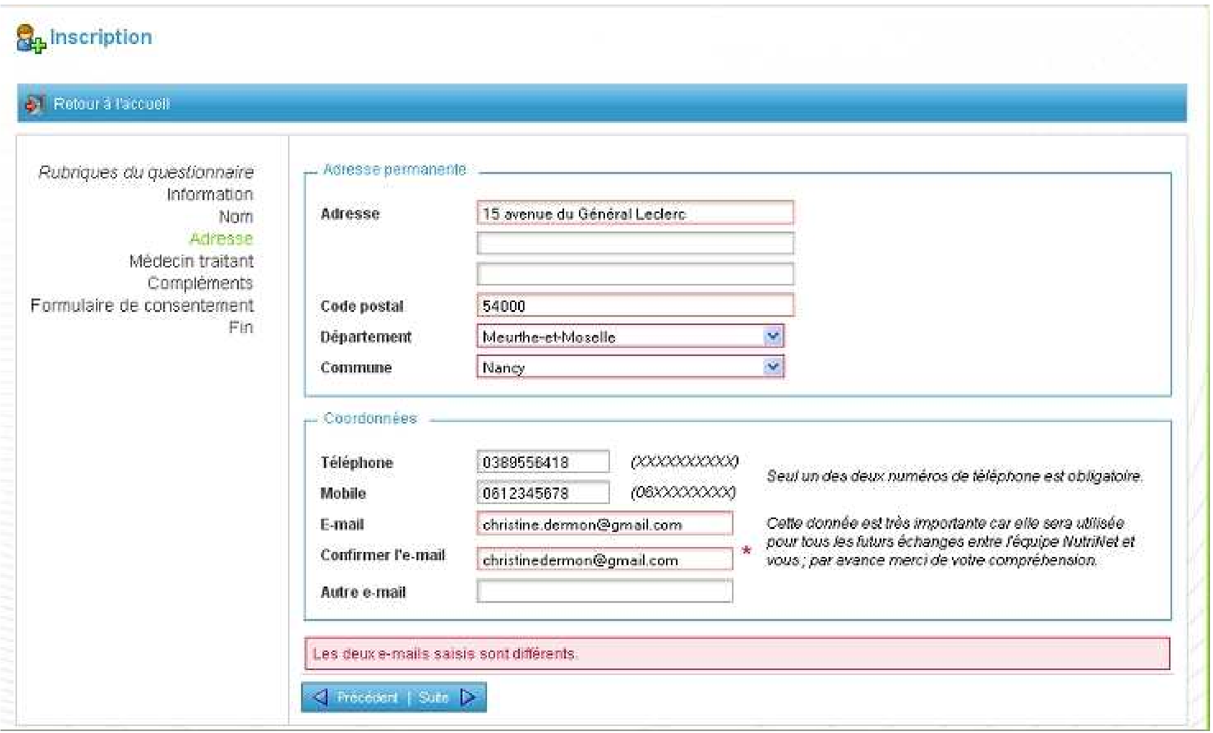
Le postulant doit ensuite remplir un questionnaire d'inscription contenant les informations suivantes :

- Civilité
- Nom
- Prénom
- Nom de jeune fille pour les femmes mariées
- Sexe
- Date de naissance
- Pays de naissance
- Commune de naissance
- Adresse permanente
- Adresses email principale et secondaire (l'adresse mail principale ne doit pas correspondre à une autre inscription active sur le site)
- Médecin traitant (ou référent), et ses noms et adresse le cas échéant
- Participation ou souhait de participation à l'étude NutriNet-Santé d'un autre membre du foyer, son nom, prénom et identifiant le cas échéant
- Participation à une autre cohorte ou étude scientifique dans le cadre de la recherche médicale publique, et laquelle le cas échéant



Afin de limiter les possibles erreurs de saisie d'adresse email, un deuxième champ permet de confirmer cette adresse et un texte explicatif sensibilise l'internaute sur l'importance de cette donnée.

Avant de passer aux pages suivantes un message d'erreur s'affiche si une ou plusieurs données obligatoires sont manquantes ou si les deux adresses email saisies sont différentes.


Inscription

Retour à l'accueil

Rubriques du questionnaire
Information
Nom
Adresse
Médecin traitant
Compléments
Formulaire de consentement
Fin

Adresse permanente

Adresse: 15 avenue du Général Leclerc

Code postal: 54000

Département: Meurthe-et-Moselle

Commune: Nancy

Coordonnées

Téléphone: 0389556418 (XXXXXXXXXX)

Mobile: 0612345678 (06XXXXXXXX)

Seul un des deux numéros de téléphone est obligatoire.

E-mail: christine.dermon@gmail.com

Confirmer l'e-mail: christinedermon@gmail.com *

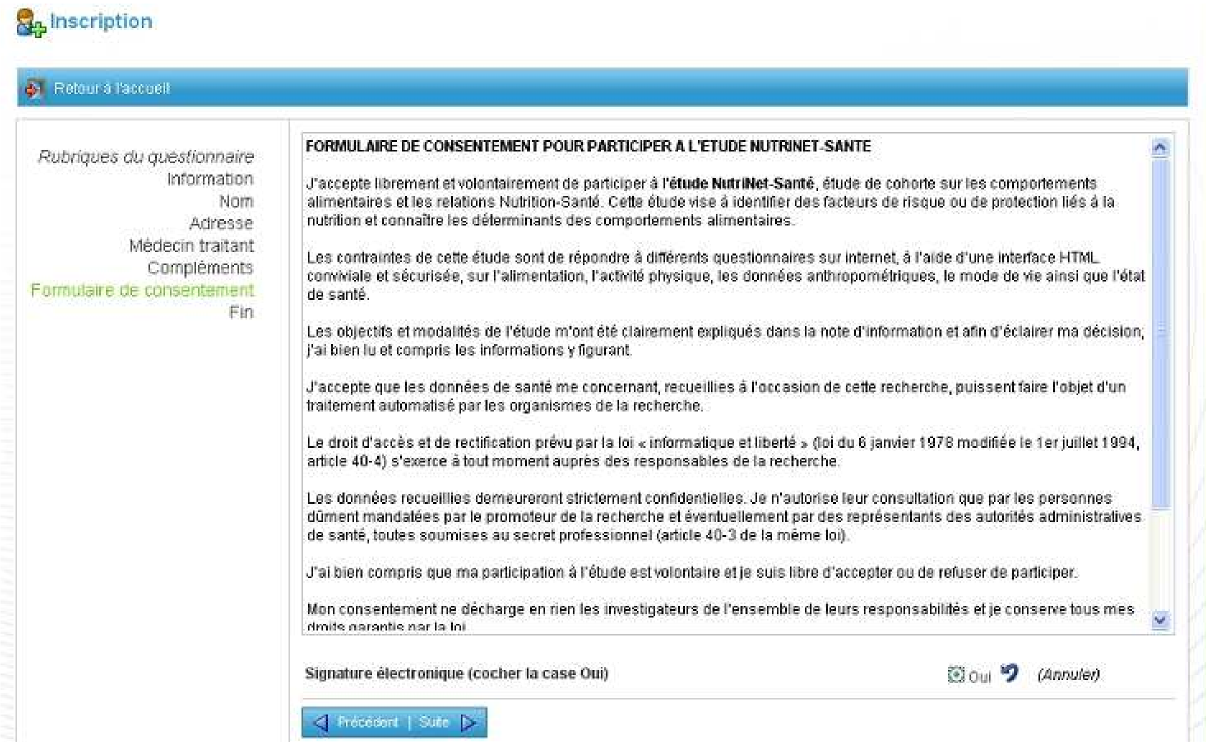
Autre e-mail

Cette donnée est très importante car elle sera utilisée pour tous les futurs échanges entre l'équipe NutriNet et vous ; par avance merci de votre compréhension.

Les deux e-mails saisis sont différents.

Précédent | Suite

Un formulaire de consentement avec signature électronique s'affiche ensuite.


Inscription

Retour à l'accueil

Rubriques du questionnaire
Information
Nom
Adresse
Médecin traitant
Compléments
Formulaire de consentement
Fin

FORMULAIRE DE CONSENTEMENT POUR PARTICIPER A L'ETUDE NUTRINET-SANTE

J'accepte librement et volontairement de participer à **l'étude NutriNet-Santé**, étude de cohorte sur les comportements alimentaires et les relations Nutrition-Santé. Cette étude vise à identifier des facteurs de risque ou de protection liés à la nutrition et connaître les déterminants des comportements alimentaires.

Les contraintes de cette étude sont de répondre à différents questionnaires sur internet, à l'aide d'une interface HTML conviviale et sécurisée, sur l'alimentation, l'activité physique, les données anthropométriques, le mode de vie ainsi que l'état de santé.

Les objectifs et modalités de l'étude m'ont été clairement expliqués dans la note d'information et afin d'éclairer ma décision, j'ai bien lu et compris les informations y figurant.

J'accepte que les données de santé me concernant, recueillies à l'occasion de cette recherche, puissent faire l'objet d'un traitement automatisé par les organismes de la recherche.

Le droit d'accès et de rectification prévu par la loi « informatique et liberté » (loi du 6 janvier 1978 modifiée le 1er juillet 1994, article 40-4) s'exerce à tout moment auprès des responsables de la recherche.

Les données recueillies demeureront strictement confidentielles. Je n'autorise leur consultation que par les personnes dûment mandatées par le promoteur de la recherche et éventuellement par des représentants des autorités administratives de santé, toutes soumises au secret professionnel (article 40-3 de la même loi).

J'ai bien compris que ma participation à l'étude est volontaire et je suis libre d'accepter ou de refuser de participer.

Mon consentement ne décharge en rien les investigateurs de l'ensemble de leurs responsabilités et je conserve tous mes droits garantis par la loi

Signature électronique (cocher la case Oui) Oui *(Annuler)*

Précédent | Suite

Texte du formulaire de consentement :

J'accepte librement et volontairement de participer à l'**étude NutriNet-Santé**, étude de cohorte sur les comportements alimentaires et les relations Nutrition-Santé. Cette étude vise à identifier des facteurs de risque ou de protection liés à la nutrition et connaître les déterminants des comportements alimentaires.

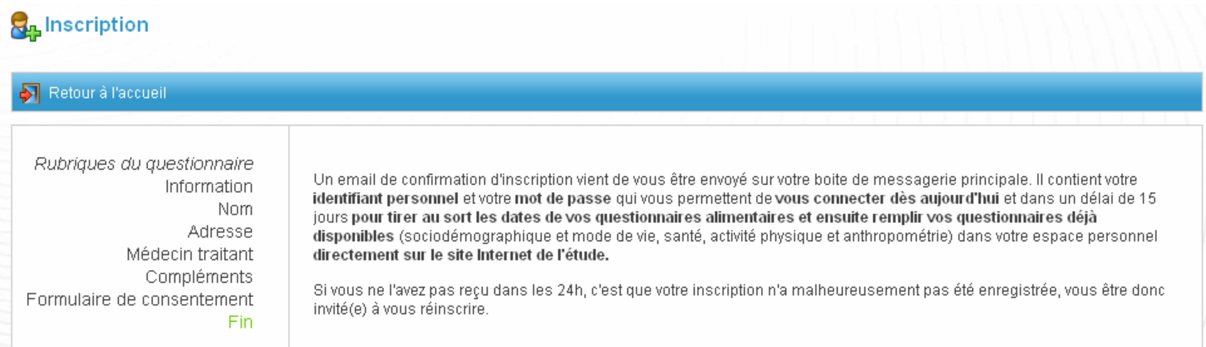
Les contraintes de cette étude sont de répondre à différents questionnaires sur internet, à l'aide d'une interface HTML conviviale et sécurisée, sur l'alimentation, l'activité physique, les données anthropométriques, le mode de vie ainsi que l'état de santé.
Les objectifs et modalités de l'étude m'ont été clairement expliqués dans la note d'information et afin d'éclairer ma décision, j'ai bien lu et compris les informations y figurant.
J'accepte que les données de santé me concernant, recueillies à l'occasion de cette recherche, puissent faire l'objet d'un traitement automatisé par les organismes de la recherche.
Le droit d'accès et de rectification prévu par la loi « informatique et liberté » (loi du 6 janvier 1978 modifiée le 1er juillet 1994, article 40-4) s'exerce à tout moment auprès des responsables de la recherche.

Les données recueillies demeureront strictement confidentielles. Je n'autorise leur consultation que par les personnes dûment mandatées par le promoteur de la recherche et éventuellement par des représentants des autorités administratives de santé, toutes soumises au secret professionnel (article 40-3 de la même loi).

J'ai bien compris que ma participation à l'étude est volontaire et je suis libre d'accepter ou de refuser de participer.

Mon consentement ne décharge en rien les investigateurs de l'ensemble de leurs responsabilités et je conserve tous mes droits garantis par la loi.

Une fois le questionnaire d'inscription rempli et le formulaire de consentement signé par voie électronique, le sujet a validé son inscription.



Il reçoit alors un e-mail de confirmation d'inscription assorti d'un identifiant et d'un mot de passe.


ÉTUDE NUTRINET SANTÉ

500 000 « nutrinautes » pour étudier les relations entre la nutrition et la santé

Cher(e) Christine Dermon

Félicitations,

Vous êtes bien enregistré parmi les internautes désirant s'engager au sein de l'étude NutriNet-Santé et devenir un " Nutrinaute " participant au développement de la recherche sur les relations entre la Nutrition et la Santé. Vous disposez de 21 jours pour valider votre inscription en allant sur le site internet de l'étude (cliquez sur le lien http://www.etude-nutrinet-sante.fr) et vous identifier à l'aide des codes suivants :

Identifiant : cdermon
Mot de passe : 49282499

Lors de votre première connexion, vous devrez créer un nouveau mot de passe. Votre identifiant et votre mot de passe vous seront ensuite demandés à chaque connexion sur le site de l'étude NutriNet-Santé.

Une fois connecté, laissez-vous guider sur le site. N'oubliez pas que toutes les données vous concernant sont protégées.

A bientôt sur le site de l'étude NutriNet-Santé !

Pr Serge Hercberg
Coordinateur de l'étude NutriNet-Santé
Directeur de l'Unité 557 Inserm/Unité 1125 Inra/Cnam/Univ Paris 13
Unité de recherche en Epidémiologie Nutritionnelle

L'étude NutriNet-Santé est un grand programme de recherche qui constitue une formidable aventure humaine et scientifique destinée à mieux comprendre les relations entre la Nutrition et la Santé.
Cette étude est parrainée par l'INSERM, le Ministère de la Santé, l'INPES, l'InVS et bénéficie d'un soutien de la Fondation de la Recherche Médicale (FRM). Pour en savoir plus sur la FRM et vous inscrire à la lettre électronique de la Fondation : http://www.frm.org.

Le sujet a alors 21 jours pour se connecter en saisissant dans l'« accès membre » l'identifiant personnel et le mot de passe précédemment reçus par e-mail. Lors de sa première connexion il lui est proposé de modifier son mot de passe. Le sujet doit alors indiquer l'identifiant et le mot de passe à 8 chiffres qu'il vient de recevoir par email puis choisir un nouveau de mot de passe qu'il retiendra plus facilement (au moins 8 caractères dont au moins 1 chiffre), et le confirmer.



Si le nouvel inscrit tarde à se connecter, une relance automatique par e-mail est prévue 15 jours à partir de la date d'inscription. Si après 21 jours le postulant ne s'est toujours pas connecté, il recevra un mail lui signifiant l'échec de son inclusion. S'il souhaite toujours participer à l'étude il devra recommencer la procédure d'inscription.


ÉTUDE NUTRINET SANTÉ

500 000 « nutrinautes » pour étudier les relations entre la nutrition et la santé

Cher(e) Christine Dermon ,

Votre inclusion n'a malheureusement pu être prise en compte car vous n'avez pas rempli tous les questionnaires constituant le dossier de base " NutriNet ". Peut-être avez-vous manqué de temps pour le faire.

Si vous souhaitez toujours participer à la recherche et devenir volontaire de l'étude, vous le pouvez en allant sur le site http://www.etude-nutrinet-sante.fr. En recommençant votre inscription, de nouveaux identifiants vous seront envoyés.

A bientôt sur le site de l'étude NutriNet-Santé !

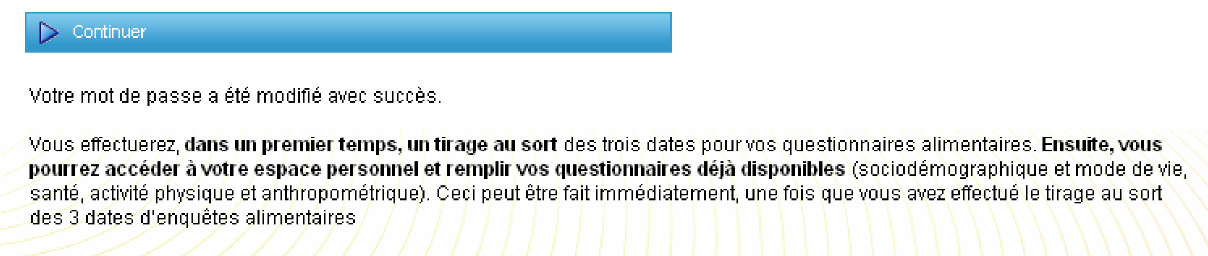
Pr Serge Hercberg
Coordinateur de l'étude NutriNet-Santé
Directeur de l'Unité 557 Inserm/Unité 1125 Inra/Cnam/Univ Paris 13
Unité de recherche en Epidémiologie Nutritionnelle

L'étude NutriNet-Santé est un grand programme de recherche qui constitue une formidable aventure humaine et scientifique destinée à mieux comprendre les relations entre la Nutrition et la Santé.
Cette étude est parrainée par l'INSERM, le Ministère de la Santé, l'INPES, l'InVS et bénéficie d'un soutien de la Fondation de la Recherche Médicale (FRM). Pour en savoir plus sur la FRM et vous inscrire à la lettre électronique de la Fondation : http://www.frm.org.

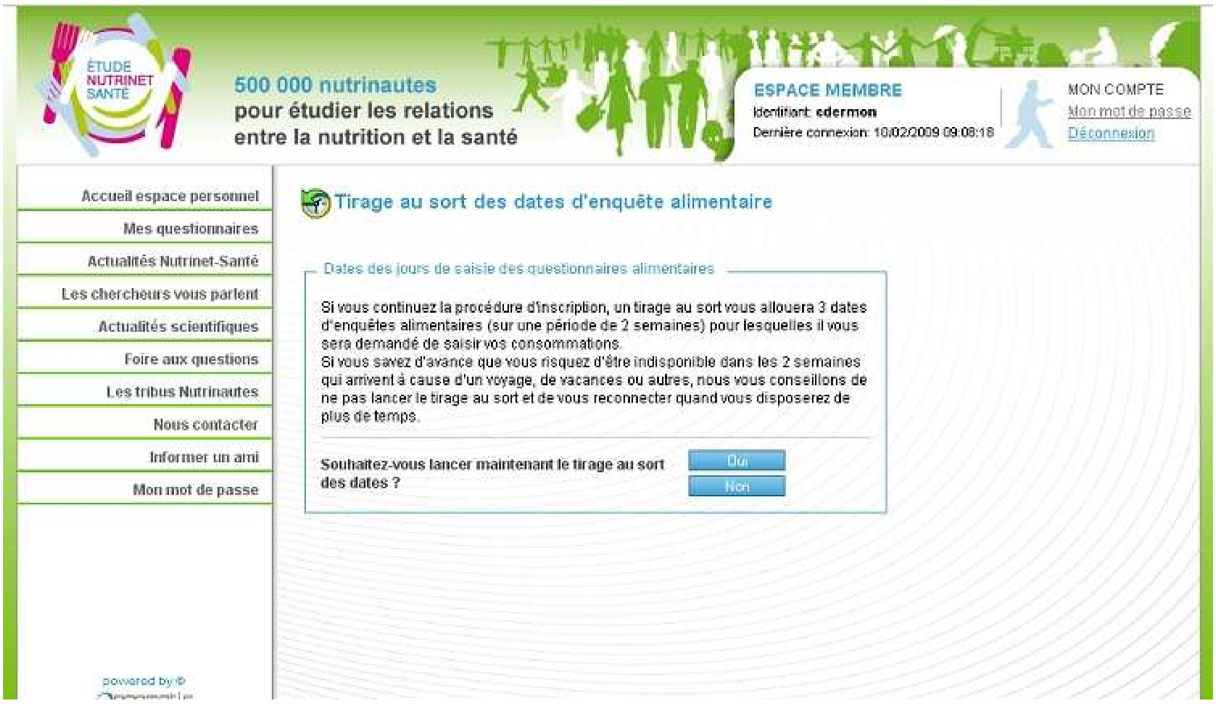
InVS · inpes · FONDATION RECHERCHE MÉDICALE · Inserm · INRA · Cnam · PARIS 13

Tirage au sort des jours d'enquête alimentaire

Lorsque le volontaire se connecte pour la première fois, il lui est proposé d'effectuer le tirage au sort des 3 journées d'enquêtes alimentaires (sur une période de 2 semaines) pour lesquelles il devra saisir ses consommations alimentaires.



Si le volontaire sait d'avance qu'il risque d'être indisponible dans les 2 semaines qui arrivent à cause d'un déplacement, de vacances ou autres, il peut cliquer sur le bouton « non » à la question « Souhaitez-vous lancer maintenant le tirage au sort des dates ? » et se reconnecter plus tard lorsqu'il disposera de plus de temps (dans un délai de 21 jours).

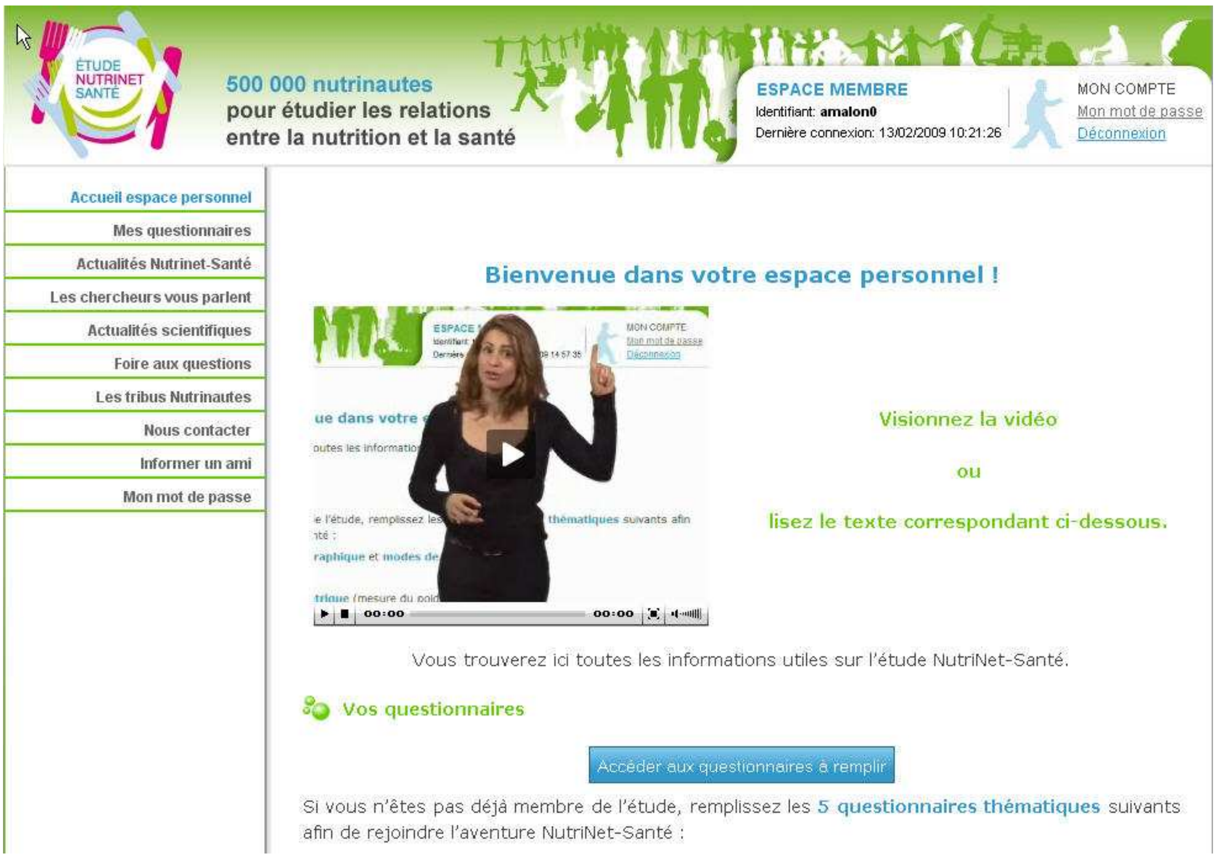


Sinon, il clique sur « oui » et les 3 dates s'affichent (2 jours de semaine + 1 jour de week-end). Il peut, s'il le souhaite, refaire le tirage au sort pour une et seulement une de ces dates, en cas d'indisponibilité prévue ou de journée exceptionnelle (jeune, mariage…).



PAGE : ACCUEIL PERSONNEL

Après s'être connecté avec son identifiant et son mot de passe, le volontaire a accès à son espace personnel. La page d'accueil présente une vidéo de Christelle Ballestrero ainsi que le texte correspondant.



Texte de la vidéo :

Vous trouverez ici toutes les informations utiles sur l'étude NutriNet-Santé.

Vos questionnaires

Si vous n'êtes pas déjà membre de l'étude, remplissez les **5 questionnaires thématiques** suivants afin de rejoindre l'aventure NutriNet-Santé :

Questionnaire **sociodémographique** et **modes de vie**
Questionnaire **santé**
Questionnaire **anthropométrique**
Questionnaire **activité physique**
Questionnaires **alimentaires** (3 jours d'enquête)

Si vous avez déjà rempli ces questionnaires et que vous faites donc partie de l'étude NutriNet-Santé, de **nouveaux questionnaires** vous seront posés tout au long de l'étude (moins d'un questionnaire par mois).

Bon à Savoir

Rappelez-vous que toutes les informations vous concernant sont protégées et strictement confidentielles (pour en savoir plus sur la confidentialité des données, cliquez ici).

La vie du site NutriNet-Santé

Vous trouverez dans le menu à gauche de l'écran des informations sur l' actualité de l'étude NutriNet-Santé (son état d'avancement, ses échos dans la presse, etc.), l'actualité scientifique, des messages des chercheurs en charge de l'étude, ainsi qu'un système automatique pour inviter des amis ou des proches à participer à l'étude.

Une question ? Besoin d'aide ?

Un système d'aide complet vous guidera tout au long du remplissage des questionnaires. Si vous voulez en savoir plus sur l'étude où si vous rencontrez des difficultés sur le site, consultez les Questions/Réponses de notre foire aux questions (FAQ).

Nous contacter

Si vous souhaitez nous envoyer un message, cliquez sur la rubrique « Nous contacter » et laissez vous guider.

Attention, selon la nature de l'information que vous souhaitez nous transmettre choisissez dans la rubrique « **sujets du message** » celui qui est le mieux adapté. Par exemple, si vous déménagez ou si vous vous mariez et que vous changez de nom (pour les femmes), ou encore si vous changez d'adresse email, n'hésitez pas à nous le signaler en cliquant sur le sujet de message « **changement de coordonnées** ».

Cependant, nous vous rappelons que **les chercheurs** en charge de l'étude NutriNet-Santé **ne sont pas habilités à effectuer des consultations médicales ni à fournir des recommandations médicales personnalisées** auprès des participants de l'étude. En cas de questions particulières concernant votre état de santé, nous vous invitons à vous adresser directement à votre médecin traitant.

NutriNet-Santé en vidéo

Voir ou revoir les vidéos de présentation générale de l'étude et du site Internet.

Si vous souhaitez avoir de nouveau accès aux rubriques générales du site (« Pourquoi l'étude NutriNet-Santé », « Objectifs de l'étude », etc.), il faut vous déconnecter en cliquant sur « déconnexion », en haut à droite de l'écran (vous pourrez vous reconnecter plus tard avec votre identifiant et votre mot de passe).

PAGE : MES QUESTIONNAIRES

Sur cette page, figure les différents questionnaires que le nutrinaute doit remplir pour être inclus dans l'étude (kit d'inclusion) et leur état d'avancement (Non disponible, En cours ou Fait)
- questionnaires alimentaires (3 enregistrements de 24 h dont au moins 2 doivent être remplis pour l'inclusion),
- questionnaire sociodémographique et mode de vie,
- questionnaire de santé,
- questionnaire anthropométrique,
- questionnaire d'activité physique.


Mes questionnaires

Aide

Imprimer

Nom	Statut	
Questionnaire socio-démograhique et mode de vie	En cours	Cliquez ici
Questionnaire santé	Fait	Cliquez ici
Questionnaire anthropométrique	En cours	Cliquez ici
Questionnaire d'activité physique	Fait	Cliquez ici
Questionnaire alimentaire du vendredi 23 janvier 2009	Fait	Cliquez ici
Questionnaire alimentaire du dimanche 25 janvier 2009	En cours	Cliquez ici
Questionnaire alimentaire du mercredi 4 février 2009	En cours	Cliquez ici

Ces questionnaires sont à remplir dans les 23 jours suivant le tirage au sort des dates d'enquêtes alimentaires. L'ordre de remplissage est à la discrétion des postulants, excepté pour les 3 jours d'enquête alimentaire où les dates sont tirées au sort.
Si les questionnaires ne sont pas validés 16 jours après le tirage au sort, un mail de relance est envoyé à l'internaute. Après 23 jours, si cela n'est toujours pas fait, le participant recevra

un mail lui signifiant l'échec de son inclusion et la nécessité de se réinscrire et d'effectuer à nouveau le remplissage des questionnaires s'il souhaite toujours participer à l'étude.


ÉTUDE NUTRINET SANTÉ

500 000 « nutrinautes » pour étudier
les relations entre la nutrition et la santé

Cher(e) Christine Dermon

Pour valider votre inclusion et devenir un " Nutrinaute ", participant actif de l'étude NutriNet-Santé, vous devez remplir les questionnaires constituant le dossier de base. Il vous reste 2 jours pour finir le remplissage complet de tous vos questionnaires.

Attention ! Seuls les questionnaires validés définitivement seront pris en compte ! Si vous avez utilisé la fonction " enregistrer en brouillon ", pensez à vérifier que pour chacun de vos questionnaires le statut est bien à " Fait " dans le tableau de bord des questionnaires.

N'oubliez pas que toutes les données vous concernant sont protégées.

A bientôt sur le site de l'étude NutriNet-Santé !
Bien cordialement,

Pr Serge Hercberg
Coordinateur de l'étude NutriNet-Santé
Directeur de l'Unité 557 Inserm/Unité 1125 Inra/Cnam/Univ Paris 13
Unité de recherche en Epidémiologie Nutritionnelle

L'étude NutriNet-Santé est un grand programme de recherche qui constitue une formidable aventure humaine et scientifique destinée à mieux comprendre les relations entre la Nutrition et la Santé.
Cette étude est parrainée par l'INSERM, le Ministère de la Santé, l'INPES, l'InVS et bénéficie d'un soutien de la Fondation de la Recherche Médicale (FRM). Pour en savoir plus sur la FRM et vous inscrire à la lettre électronique de la Fondation : http://www.frm.org.

Des consignes générales de remplissage apparaissent automatiquement à l'ouverture de chaque questionnaire (à l'exclusion du questionnaire alimentaire dont le mode de remplissage diffère) et sont consultables sous forme d'écran animé ou de texte.

Fermer

Vous voilà dans la page consacrée aux questionnaires de l'étude NutriNet-Santé.

Visualisez les consignes de remplissage des questionnaires sous forme d'écrans animés :



Lisez ci-dessous les consignes détaillées de remplissage des questionnaires :

Afin de faire partie de l'étude, vous devez initialement remplir **5 types de questionnaires**, sur :

- Vos renseignements **sociodémographiques** et votre **mode de vie**
- Votre **état de santé**
- Vos **mesures anthropométriques** (poids, taille...)
- Votre **activité physique** dans la vie quotidienne
- Votre **alimentation** (3 jours d'enquête)

Sur cette page seront également disponibles tous les autres questionnaires que vous aurez à remplir tout au long de l'étude.

Laissez-vous guider dans les questionnaires du site NutriNet-Santé !

Quand remplir les questionnaires ?

Concernant les questionnaires initiaux d'inclusion dans l'étude :

Vous disposez d'un **délai de 18 jours** à partir de la date de réception du mail d'inscription (contenant votre identifiant et mot de passe). **Vous pouvez les remplir en plusieurs fois, dans l'ordre que vous voulez, aux jours et heures qui vous arrangent**, excepté pour votre alimentation où 3 jours ont été précédemment tirés au sort.

> Attention ! En fonction des jours d'enquête alimentaire tirés au sort, le questionnaire alimentaire ne sera accessible qu'à partir du jour prévu pour l'enquête. Un mail vous sera d'ailleurs envoyé la veille de chaque jour de recueil pour vous rappeler de noter vos consommations.

Concernant les autres questionnaires :

Les informations sur les délais de réponse figureront dans les e-mails vous indiquant l'existence d'un nouveau questionnaire à remplir.

Principe général

- Les questions sont indiquées en gras. Pour y répondre, il suffit de **cliquer sur la (ou les) réponse(s) qui vous correspondent**. Il vous sera parfois demandé de **préciser certaines réponses 'en clair'**, c'est-à-dire en tapant les informations en toutes lettres. Selon votre réponse, des précisions spécifiques peuvent vous être demandées, les questions supplémentaires apparaîtront alors automatiquement à l'écran.
- Tant que vous n'avez pas validé définitivement votre questionnaire, **vous pouvez modifier vos réponses autant de fois que vous le souhaitez**. Pour **retourner à la page précédente**, cliquez sur le bouton [◁ Précédent], situé en bas de page.
- Pour **changer de page** et avancer dans le questionnaire, cliquez sur le bouton [Suite ▷], situé en bas de page.
- A gauche de l'écran, vous pouvez suivre l'**état d'avancement du questionnaire**. La rubrique en vert vous indique à quel niveau vous vous situez dans le questionnaire.
- A tout moment, vous avez la possibilité de **cliquer sur le bouton** [Aide ?] afin d'accéder de nouveau aux consignes de remplissage des questionnaires.
- A tout moment, vous pouvez, si vous le souhaitez, **modifier la taille des caractères** à l'écran en pressant en même temps les touches [Ctrl] et [+] de votre clavier pour grossir le texte, ou les touches [Ctrl] et [-] pour en diminuer la taille. Les touches [+] et [-] sont celles du pavé numérique de votre clavier. Vous pouvez également **utiliser la molette de votre souris** en même temps que vous pressez la touche [Ctrl] pour grossir ou diminuer la taille des caractères.
- A tout moment, vous pouvez retourner à la liste des questionnaires en cliquant sur le bouton [Retour à la liste]
- Pour la plupart des questions, **les réponses sont obligatoires**. Ainsi, vous devez nécessairement répondre à la question avant de passer à la page suivante du questionnaire. Cependant, pour certaines questions, les options ***« Je ne sais pas »*** et/ou ***« Je ne souhaite pas répondre »*** vous seront proposées.
- Si vous avez **oublié de répondre** à une question ou si vous avez **indiqué une réponse inappropriée** (par exemple si vous indiquez une année de début de tabagisme inférieure à votre année de naissance), un message s'affichera en rouge sur l'écran lorsque vous allez essayer de passer à la page suivante. Ce message vous indiquera les réponses manquantes, ainsi que les problèmes détectés dans les réponses que vous avez fournies. Complétez et corrigez les réponses inexactes ou incomplètes afin de pouvoir passer à la suite du questionnaire.
- Au fil des questionnaires, vous verrez parfois apparaître une icône (?) à côté d'une question. En positionnant le curseur de votre souris dessus, des informations vous seront données pour vous aider à répondre correctement à la question.
- En bas à gauche de la page, vous verrez parfois apparaître **un petit cercle qui tourne**. Cela indique que la page est en cours de chargement. Pendant le chargement ou le rafraîchissement d'une page, il est normal que vous ayez l'impression que la page est bloquée et ne réagit plus à vos clics. Il suffit de patienter quelques instants pour que tout rentre dans l'ordre.
- **Si vous voulez en savoir plus sur l'étude** où si vous rencontrez des difficultés sur le site, consultez les **Questions/Réponses** de notre foire aux questions (FAQ).

Enregistrement et validation du questionnaire

- A chaque fois que vous cliquez sur Suite ▷, vos données précédentes sont enregistrées.
- **Si vous ne pouvez pas terminer le remplissage d'un questionnaire** en une seule fois, vos réponses seront automatiquement enregistrées si vous sortez du questionnaire en cours ou que vous êtes déconnecté(e). Vous pourrez terminer le remplissage plus tard
- **A la fin de chaque questionnaire**, vous verrez apparaître en bas de l'écran un bouton Enregistrer en brouillon. Ce bouton vous permet de :
  - Voir un récapitulatif clair et concis de l'ensemble de vos réponses au questionnaire, vous pourrez donc les vérifier facilement.
  - Sauvegarder vos réponses pour pouvoir y revenir et les modifier plus tard.

Attention ! Une fois que vous jugez que votre questionnaire est totalement rempli, n'oubliez pas de le Valider définitivement en cliquant sur le bouton correspondant qui apparaît à la fin du questionnaire.

Seuls les questionnaires validés seront pris en compte.
Attention : la validation est définitive, vous ne pourrez plus modifier ce questionnaire.

Statut de remplissage des questionnaires

- Vous pouvez suivre sur cette page l'**état d'avancement du remplissage des questionnaires** dans la colonne 'statut' de la liste des questionnaires :
- « **En cours** » : Vous n'avez pas encore commencé à répondre au questionnaire ou bien vous l'avez rempli partiellement et vous devez terminer le remplissage puis valider.
- « **Validé** » : Le questionnaire est rempli et validé définitivement. Vous pouvez consulter votre questionnaire rempli pendant une durée de **6 mois**. Vous ne pouvez plus modifier vos réponses, mais vous pouvez imprimer votre questionnaire rempli si vous le souhaitez, pour en garder une trace.

Informatique et logiciels

- Le plugin **Adode Flash Player** version 9 et + est requis pour le remplissage des questionnaires alimentaires et la lecture les vidéos présentes sur le site NutriNet-Santé.

Pour installer le pluging Fash Player cliquer ici. Get ADOBE® FLASH® PLAYER

- Nous vous conseillons d'utiliser un navigateur pour lequel ce site est optimisé :
  - **Internet Explorer** version 6 et +
  - **Firefox** version 2 et +
- Il est important que les cookies soient activés pour le bon fonctionnement du site.

Vous êtes maintenant dans la phase la plus importante de votre participation. Il faut remplir chaque questionnaire avec la plus grande attention. **Cela ne vous prendra pas beaucoup de temps**. Même si cela vous parait un peu fastidieux, ces données sont très importantes pour les analyses que feront les chercheurs en charge de l'étude. Alors un peu de courage et de patience et vous participerez activement au progrès des connaissances scientifiques. **Alors allez-y, choisissez le premier questionnaire** que vous souhaitez remplir (vous avez le choix, il n'y a pas d'ordre). Il vous suffit de cliquer sur « **cliquez ici** » en face du questionnaire. Rappelez-vous : toutes les informations vous concernant sont protégées et strictement confidentielles.

Bonne continuation et merci pour votre participation !

1. Questionnaire sociodémographique et mode de vie

A l'ouverture du questionnaire sociodémographique et mode de vie, une page d'introduction s'affiche avec une vidéo de Christelle Ballestrero et le texte correspondant.



Visionnez la vidéo

ou

lisez le texte correspondant ci-dessous.

Vous allez voir défiler une série d'écrans présentant des questions sur vous (votre statut familial, votre statut par rapport à l'emploi, etc.) et votre mode de vie (consommation de tabac, d'alcool, etc.). **Laissez-vous guider dans le questionnaire.**

Rappelez-vous :

- Toutes vos informations sont protégées et strictement confidentielles.
- Utilisez les boutons | Suite ▷ et ◁ Précédent | pour changer de page.
- A tout moment, vous avez la possibilité de cliquer sur le bouton Aide ? pour relire les consignes de remplissage des questionnaires.
- Vous pouvez positionner le curseur de votre souris sur l'icône ? lorsque celle-ci apparaît, afin d'obtenir des informations complémentaires.
- Vos réponses seront automatiquement enregistrées si vous fermez le questionnaire en cours. Vous pourrez alors terminer de le remplir plus tard.
- Une fois le questionnaire totalement rempli, n'oubliez pas de le « Valider définitivement ». Attention, vous ne pourrez alors plus modifier ce questionnaire.

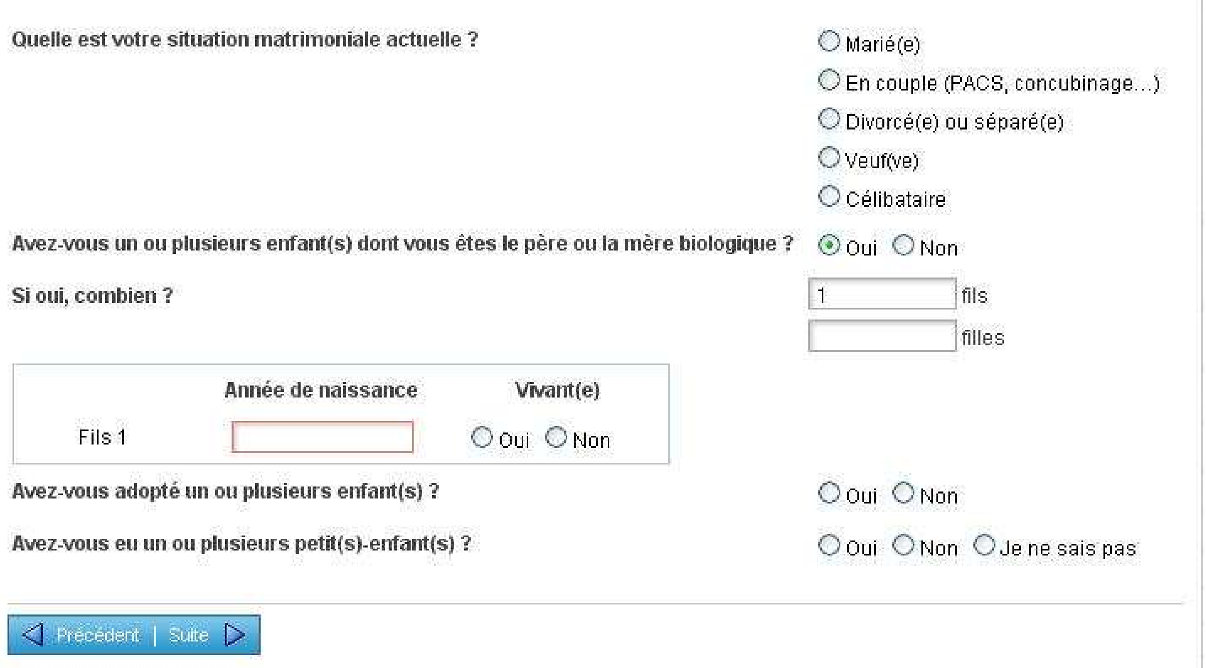
Bon remplissage et merci de votre participation !

| Suite ▷

Le questionnaire sociodémographique et mode de vie collecte les informations suivantes :

- statut matrimonial
- nombre d'enfants et petits enfants
- nombre et type de personnes vivant dans le foyer
- situation par rapport à l'emploi
- profession actuelle ou dernière profession exercée
- niveau de diplôme
- situation du conjoint (profession, diplôme,…)
- niveau de revenus
- tabagisme (type, quantité, histoire, tabagisme passif, etc.)
- consommation d'alcool (type, quantité, fréquence, etc.)
- consommation de produits de la pêche (fréquence)

Exemple d'écran :


Quelle est votre situation matrimoniale actuelle ? ○ Marié(e) ○ En couple (PACS, concubinage…) ○ Divorcé(e) ou séparé(e) ○ Veuf(ve) ○ Célibataire

Avez-vous un ou plusieurs enfant(s) dont vous êtes le père ou la mère biologique ? ◉ Oui ○ Non

Si oui, combien ? 1 fils / filles

	Année de naissance	Vivant(e)
Fils 1		○ Oui ○ Non

Avez-vous adopté un ou plusieurs enfant(s) ? ○ Oui ○ Non

Avez-vous eu un ou plusieurs petit(s)-enfant(s) ? ○ Oui ○ Non ○ Je ne sais pas

Précédent | Suite

A tout moment le nutrinaute peut cliquer sur le bouton [Aide ?] en haut à droite du questionnaire. Apparaît alors un écran d'aide reprenant les consignes de remplissage.

A la fin du questionnaire, lorsque l'internaute enregistre ses données soit comme brouillon en cliquant sur [Enregistrer en brouillon], soit définitivement en cliquant sur [Valider définitivement], le récapitulatif de ses réponses apparaît.

2. Questionnaire santé

A l'ouverture du questionnaire santé, une page d'introduction s'affiche avec une vidéo de Christelle Ballestrero et le texte correspondant.



Visionnez la vidéo

ou

lisez le texte correspondant ci-dessous.

Vous allez voir défiler une série d'écrans présentant des questions sur **votre état de santé et vos antécédents familiaux**. Soyez aussi précis que possible en répondant aux questions qui s'intéressent aux maladies que vous avez pu présenter vous-même et votre famille. Ces données médicales sont très importantes pour permettre aux chercheurs de comprendre les relations entre la nutrition et la santé.

Ne vous découragez pas devant les tableaux de questions, ils sont faciles à remplir. Si vous avez présenté une ou plusieurs maladies parmi celles répertoriées dans le questionnaire, il vous sera demandé des précisions supplémentaires sur vos hospitalisations et prise en charge médicale et thérapeutiques. **Aidez vous des emballages des médicaments ou des ordonnances en votre possession.** Laissez-vous guider dans le questionnaire.

Rappelez-vous :

- Toutes vos informations sont protégées et strictement confidentielles.
- Utilisez les boutons | Suite ▷ et ◁ Précédent | pour changer de page.
- A tout moment, vous avez la possibilité de cliquer sur le bouton Aide ? pour relire les consignes de remplissage des questionnaires.
- Vous pouvez positionner le curseur de votre souris sur l'icône ? lorsque celle-ci apparaît, afin d'obtenir des informations complémentaires.
- Vos réponses seront automatiquement enregistrées si vous fermez le questionnaire en cours. Vous pourrez alors terminer de le remplir plus tard.
- Une fois le questionnaire totalement rempli, n'oubliez pas de le « Valider définitivement ». Attention, vous ne pourrez alors plus modifier ce questionnaire.

Bon remplissage et merci de votre participation !

| Suite ▷

Le questionnaire santé recense les informations suivantes :

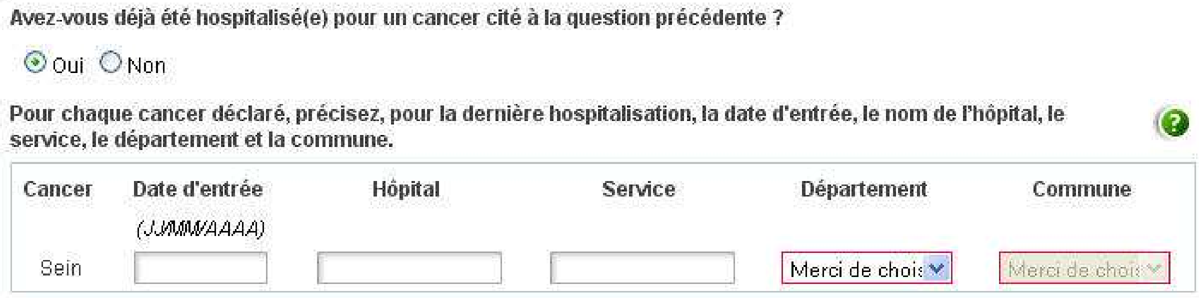
- pour les femmes uniquement : règles, grossesse, ménopause, contraception, traitements hormonaux substitutifs de la ménopause,
- antécédents personnels de maladies : cancers, antécédents cérébrovasculaires, coronaropathies, hypertension artérielle (HTA), diabète de type 1 ou 2, dyslipidémie, maladies neurologiques et psychiatriques, respiratoires, problèmes osseux et articulaires, oculaires, rénaux, thyroïdiens …,
- hospitalisations pour cancer ou maladie cardiovasculaire (pour la dernière hospitalisation : date, nom de l'hôpital et du service, commune),
- coordonnées des médecins spécialistes,
- prise de médicaments,
- prise de compléments alimentaires/suppléments,
- antécédents familiaux (père, mère, frères ou soeurs) de maladies : cancers, antécédents cérébrovasculaires, coronaropathies, HTA, diabète de type 1 ou 2, dyslipidémie, maladies neurologiques et psychiatriques, respiratoires, problèmes osseux et articulaires, oculaires,
- causes de décès des parents/frères et soeurs (le cas échéant).

Exemple : écran de saisie des antécédents familiaux

Vos parents, vos frères ou sœurs directs (ou « biologiques ») ont-ils souffert des problèmes de santé suivants ?

	Père	Mère	L'un de vos frères	L'une de vos soeurs	Je ne sais pas
Infarctus du myocarde	☐	☐	☐	☐	☐
Angine de Poitrine ou Angor (douleur ou gène dans la poitrine)	☐	☐	☐	☐	☐
Accident vasculaire cérébral (attaque, hémorragie ou congestion cérébrale…)	☐	☐	☐	☐	☐
Artérite des membres inférieurs	☐	☐	☐	☐	☐
Diabète	☐	☐	☐	☐	☐
Hypercholestérolémie	☐	☐	☐	☐	☐
Hypertension artérielle	☐	☐	☐	☐	☐
Cancer	☐	☐	☐	☐	☐
Ostéoporose	☐	☐	☐	☐	☐
Dégénérescence Maculaire liée à l'Age (DMLA)	☐	☐	☐	☐	☐
Maladie d'Alzheimer	☐	☐	☐	☐	☐
Démence sénile ou autre	☐	☐	☐	☐	☐
Maladie de Parkinson	☐	☐	☐	☐	☐
Sclérose en plaque	☐	☐	☐	☐	☐
Epilepsie	☐	☐	☐	☐	☐
Anxiété, troubles anxieux	☐	☐	☐	☐	☐
Dépression	☐	☐	☐	☐	☐
Obésité	☐	☐	☐	☐	☐
Hypothyroïdie	☐	☐	☐	☐	☐
Hyperthyroïdie	☐	☐	☐	☐	☐
Autre (vous pouvez saisir plusieurs maladies en les séparant par une virgule)					
	Père	Mère	L'un de vos frères	L'une de vos soeurs	

Exemple : saisie des données d'hospitalisation pour cancer


Avez-vous déjà été hospitalisé(e) pour un cancer cité à la question précédente ?

Oui Non

Pour chaque cancer déclaré, précisez, pour la dernière hospitalisation, la date d'entrée, le nom de l'hôpital, le service, le département et la commune.

Cancer	Date d'entrée (JJ/MM/AAAA)	Hôpital	Service	Département	Commune
Sein				Merci de chois	Merci de chois

Pour les questions concernant la dernière hospitalisation pour cancer ou maladies cardiovasculaires, une aide spécifique est disponible en cliquant sur le bouton ?.

Aide sur la saisie des hospitalisations



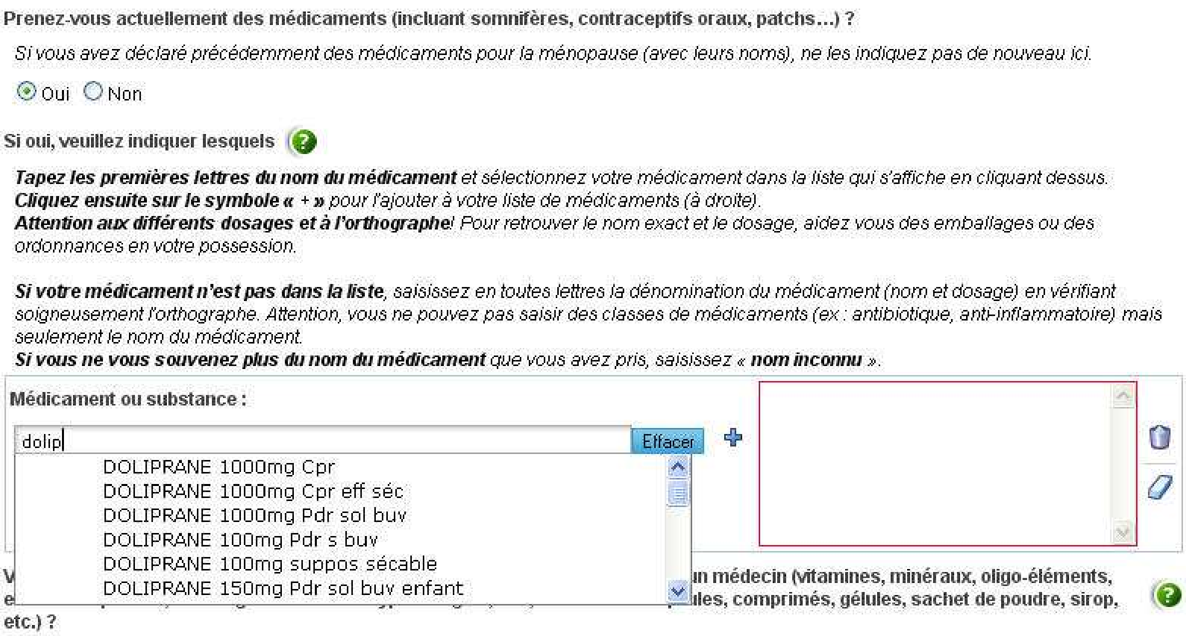
Pour chaque maladie cardio-vasculaire dont vous déclarez avoir été atteint, nous vous demandons des précisions sur **votre dernière hospitalisation** :

- La **date de cette dernière hospitalisation**. Indiquez la date d'entrée à l'hôpital, au format *JJ/MM/AAAA*. Si vous ne vous souvenez plus du jour exact d'entrée, indiquez « **01** » pour le jour, et indiquez normalement le mois et l'année exacts.
- Le **nom de l'hôpital** ou de la clinique, en toutes lettres.
- Le **nom du service** (exemple : cardiologie, etc.), en toutes lettres.
- Le **département** et la **ville**.

Aidez-vous des documents officiels que vous avez reçus de la part de l'hôpital, de la sécurité sociale ou de votre mutuelle pour retrouver ces informations.

Si vous n'avez pas été hospitalisé pour un des cancers que vous avez déclaré, laissez vides les cases concernant l'hospitalisation (date d'entrée, hôpital, etc.) pour ce cancer.

La saisie des médicaments est facilitée par la présence de listes de produits pharmaceutiques issues des bases de données Vidal®.



Il est possible grâce au bouton (?) de faire apparaître un écran d'aide animé pour la saisie des médicaments (ménopause et autres médicaments) ainsi que le texte de cet écran.

Aide sur la saisie des médicaments



Il vous est demandé d'indiquer **le nom précis de chaque médicament** que vous prenez (hors éventuels médicaments pour la ménopause). **Tapez les premières lettres du nom du médicament** et sélectionnez votre médicament dans la liste qui s'affiche.

Autre possibilité : **tapez les premières lettres de la substance principale contenue dans le médicament** et sélectionnez-là dans la liste. Apparaît alors une liste des médicaments qui contiennent cette substance. Sélectionnez votre médicament dans cette liste.

> Pour retrouver le nom exact et le dosage, aidez vous des emballages ou des ordonnances en votre possession. Attention aux différents dosages !

Une fois le médicament repéré, cliquez dessus, puis cliquez sur l'icône « + » pour l'ajouter à votre liste de médicaments. Il apparaît alors dans le cadre de droite, qui représente votre liste de médicaments.

Passez ensuite au médicament suivant, selon la même procédure.

Si votre médicament n'est pas dans la liste, vous pouvez noter en toutes lettres sa dénomination (nom et dosage), en vérifiant soigneusement l'orthographe, puis cliquez sur « + » .

Si vous ne vous souvenez plus du nom du médicament que vous avez pris, tapez « **nom inconnu** » en toutes lettres.

Si vous vous êtes trompé et que vous souhaitez :

- **Effacer entièrement votre liste** de médicaments (cadre de droite) : cliquez sur **la gomme** et recommencez la sélection de vos médicaments.
- **Effacer seulement un produit de la liste** de vos médicaments (cadre de droite) : **cliquez dessus** (il apparaît alors surligné en bleu) **puis cliquez sur la corbeille**.

Une fois que vous avez sélectionné tous vos médicaments, passez à la question suivante.

A la fin du questionnaire, lorsque l'internaute enregistre ses données soit comme brouillon en cliquant sur [Enregistrer en brouillon], soit définitivement en cliquant sur [Valider définitivement], le récapitulatif de ses réponses apparaît.

Questionnaire santé

Valider définitivement | Modifier | Retour à la liste | Imprimer

Vie reproductive

A quel âge avez-vous eu vos premières règles ?	13 ans
Etes-vous actuellement enceinte ?	Non
Allaitez-vous actuellement ?	Non
Etes-vous ménopausée ?	Non
Utilisez-vous actuellement un moyen de contraception ?	Oui
Lequel ou lesquels ?	Contraceptif oral (pilule...)
A quand remontent vos dernières règles ?	< 3 mois
Habituellement, vos règles sont-elles ?	Régulières

Cardiovasculaire

Avez-vous déjà eu une des maladies cardiovasculaires suivantes, diagnostiquée par un médecin ?	Insuffisance cardiaque
Avez-vous déjà été hospitalisé(e) pour une ou plusieurs maladies cardiovasculaires citées à la question précédente ?	Oui

Pour chaque pathologie déclarée, précisez, pour la dernière hospitalisation, la date d'entrée, le nom de l'hôpital, le service et la commune.

Pathologie	Date d'entrée	Hôpital	Service	Commune
Insuffisance cardiaque				

Cancer

Avez-vous déjà eu un cancer diagnostiqué par un médecin ?	Oui
Si oui lequel ou lesquels ?	Sein
Avez-vous déjà été hospitalisé(e) pour un cancer cité à la question précédente ?	Oui

3. Questionnaire anthropométrique

Il est demandé aux Nutrinautes d'effectuer les mesures de leur poids et de leur taille.

Indiquez votre taille actuelle :	[ ] cm
Cette valeur provient-elle de mesures effectuées spécifiquement pour cette étude ?	○ Oui ○ Non
Indiquez votre poids actuel :	☐ Je suis actuellement enceinte [ ] kg
Cette valeur provient-elle de mesures effectuées spécifiquement pour cette étude ?	○ Oui ○ Non
Depuis 3 mois, comment évolue votre poids ?	○ Perte de poids ○ Poids stable (prise ou perte de moins de 1 kg) ○ Prise de poids ○ Je ne sais pas

Des consignes sont fournies aux participants sur les méthodes d'auto mesure des données anthropométriques afin de standardiser au maximum ces mesures. Un mode d'emploi en format vidéo est également mis à disposition.

Il est important de pouvoir disposer de mesures récentes les plus précises possibles concernant votre poids, taille, tour de taille et tour de hanche. Pour la taille, donnez la valeur dont vous êtes le plus sûr (visite médicale, médecine du travail, carte d'identité). Pour le poids et les tours de taille et de hanche, si vous ne les connaissez pas ou si ces mesures sont anciennes, merci de prendre ces mesures maintenant.

Voici quelques conseils pratiques pour faire des mesures fiables :

Pour le poids



Visionnez la vidéo

ou

lisez le texte correspondant ci-dessous.

Montez sur une balance, posée sur une surface plane et dure, en équilibrant votre poids de façon homogène sur les deux pieds. Si vous avez une balance à domicile, pesez-vous sans chaussures et en sous-vêtements (soutien-gorge, culotte et collants pour les femmes, slip et chaussettes pour les hommes), comme chez le médecin, de préférence le matin. L'idéal est qu'une autre personne lise la valeur sur la balance pour éviter les erreurs.

Arrondissez la mesure de votre poids au kilo près, selon la règle suivante :

- de 0,1 à 0,4 arrondissez au kilo inférieur
- de 0,5 à 0,9 arrondissez au kilo supérieur

Exemples : 68,4 -> 68 kg et 68,7 -> 69 kg

Des questions sont également posées sur :

- l'évolution récente du poids,
- l'histoire pondérale,
- les régimes (type et raisons, histoire)
- la perte de poids intentionnelle
- la surveillance pondérale
- la perception de l'image corporelle (silhouettes de Sorensen)

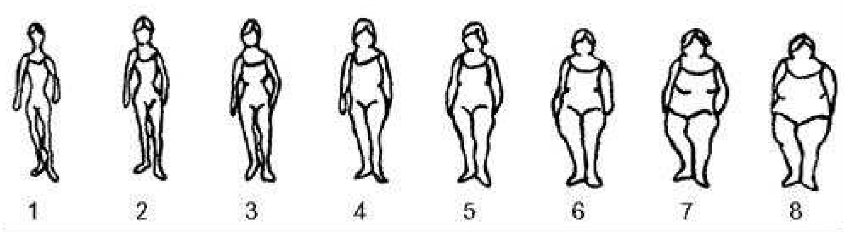
Actuellement, considérez-vous que vous êtes :

- D'un poids normal
- Trop gros(se)
- Trop maigre
- Vous ne savez pas

Souhaiteriez-vous peser :

- Plus
- Moins
- Comme maintenant
- Vous ne savez pas

Indiquez la silhouette à laquelle vous considérez ressembler le plus actuellement :



Précédent | Enregistrer en brouillon | Valider définitivement

4. Questionnaire activité physique

A l'ouverture du questionnaire activité physique, une page d'introduction au questionnaire apparaît avec une vidéo de Christelle Ballestrero et le texte correspondant.



La description de l'activité physique et de la sédentarité est réalisée grâce à l'*International Physical Activity Questionnaire*, IPAQ.
Il est demandé aux Nutrinautes de décrire sur les 7 derniers jours les activités modérées, intensives, ainsi que la marche, en termes de fréquence hebdomadaire (nombre de jours/semaine) et de durée par jour où ces activités sont effectuées.

Le temps consacré à des activités physiques intenses

Les activités physiques intenses regroupent les activités qui vous ont demandé un effort physique important et vous ont fait **respirer beaucoup plus difficilement que normalement**.

Pensez aux moments où par exemple, vous avez porté des charges lourdes, vous avez bêché votre jardin, vous avez fait du VTT, du football ou bien du step.

Pendant la semaine dernière, y compris le week-end, combien y a-t-il eu de jours au cours desquels vous avez eu ce type d'activités physiques intenses ?

Pour compter, pensez seulement aux activités que vous avez faites pendant ***au moins 10 minutes consécutives****.*

○ 0 jour ○ 1 jour ◉ 2 jours ○ 3 jours ○ 4 jours ○ 5 jours ○ 6 jours ○ 7 jours

○ Ne sait pas
○ Ne souhaite pas répondre

Maintenant pensez à l'un de ces jours de la semaine dernière où vous avez eu une ou des activités physiques intenses. Combien de temps au total y avez-vous passé ?

Si vous avez pratiqué des activités physiques intenses au cours de plusieurs jours dans la semaine écoulée et que les durées sont variables entre ces jours, indiquez un ***temps moyen par jour où vous avez eu ce type d'activités****.*

Pendant l'un de ces jours : [1] heures [30] minutes

○ Ne sait pas
○ Ne souhaite pas répondre

Des questions sont également posées sur le temps passé assis (télévision, ordinateur, travail, repas, transports…).

Le temps passé à être assis(e)

La dernière question porte sur le temps quotidien que vous avez passé assis(e) pendant la semaine dernière y compris au travail, à la maison, et pendant votre temps de loisir.

Cela n'inclut pas les jours du week-end dernier.

Cela comprend le temps passé assis devant un bureau, lorsque vous avez mangé, lorsque vous avez rendu visite à des amis, lorsque vous avez lu, voyagé dans les transports en commun ou dans votre voiture, ou lorsque vous étiez assis ou allongé pour regarder la télévision.

Pendant un jour de la semaine dernière (sans tenir compte des jours du week-end), combien de temps au total êtes-vous resté(e) assis ?

Si le temps total resté assis varie selon les jours, indiquez un ***temps moyen par jour où vous êtes restés assis.*** *.*

Pendant l'un de ces jours [ ] heures [ ] minutes

○ Ne sait pas
○ Ne souhaite pas répondre

Précédent | Enregistrer en brouillon | Valider définitivement

5. Questionnaires alimentaires

Les questionnaires alimentaires sont des enregistrement de 24h dans lesquels le participant décrit l'ensemble de ses consommations alimentaires (nature et quantité des aliments et boissons consommés) du jour tiré au sort, de minuit à minuit, et les conditions de prises (horaires, lieux).
Lorsque le Nutrinaute sélectionne la journée alimentaire de son choix, une page d'introduction s'affiche avec possibilité de visionner une vidéo de Christelle Ballestrero ou de lire le texte correspondant.



Visionnez la vidéo

ou

lisez le texte correspondant ci-dessous.

Vous allez maintenant saisir vos consommations alimentaires

Vous allez saisir l'ensemble des aliments solides et boissons que vous avez consommés (nature et quantité) pendant 24 heures (de minuit à minuit) et les conditions de leur prise (horaire, lieux).

- Pour pouvoir sélectionner les aliments que vous avez consommés, il vous est proposé de choisir d'abord une famille d'aliments (par exemple, les Légumes). Puis en cliquant successivement sur les sous groupes (Légumes crus, Légumes cuits...), vous aurez accès à plus de détails vous permettant de sélectionner les aliments précis que vous voulez saisir.
- Vous avez également la possibilité, tout au long de la saisie, d'accéder au « **guide de saisie du questionnaire alimentaire** », en cliquant sur le bouton Aide (en haut à droite de l'écran). Dans tous les cas, nous vous conseillons de lire ce document avant de commencer la saisie ; il vous permettra de remplir plus facilement le questionnaire.
- Au fil du questionnaire, vous verrez parfois apparaître une icône (?) à côté d'un mot ou d'une phrase. En positionnant le curseur de votre souris dessus, des informations spécifiques seront données pour vous aider à répondre correctement.
- En laissant le curseur de votre souris positionné sur certaines phrases ou certains boutons, vous verrez apparaître des « **bulles d'information** ». N'hésitez pas à les lire ; elles faciliteront votre saisie.
- Attention ! Une fois votre questionnaire totalement rempli, n'oubliez pas de le valider définitivement en cliquant sur le bouton Valider définitivement. Si vous saisissez vos repas le jour même, n'oubliez pas vos dernières consommations de la journée (eau, boissons, en-cas) puisque le recueil doit se faire jusqu'à minuit. Dans ce cas, attendez le lendemain pour valider définitivement vos consommations.
- Pendant la saisie de votre journée alimentaire ou lorsque vous avez enregistré en brouillon, vous avez la possibilité de modifier les prises alimentaires déjà saisies pour la journée, tant que vous n'avez pas validé définitivement.
- Pendant les jours tirés au sort, ne modifiez pas votre comportement alimentaire, comportez-vous comme vous l'aviez prévu.

Merci de votre participation et bon remplissage !

Suite

A l'intérieur du questionnaire le Nutrinaute peut à tout moment cliquer sur le bouton « aide » et faire apparaître une page d'aide contenant un écran animé avec toutes les indications utiles au remplissage du questionnaire alimentaire et, en dessous de l'écran, le texte correspondant.



Texte du guide de saisie des questionnaires alimentaires avec illustrations:

1. Saisir l'heure et le lieu de chaque prise alimentaire
2. Saisir ce que j'ai mangé
3. Un aliment non trouvé ?
4. Comment faire pour saisir une marque ?
5. Comment saisir des aliments en accompagnement ?
6. Rappel d'éventuels oublis
7. Comment saisir les quantités consommées ?
8. Modifier ou supprimer une prise alimentaire
9. Sauvegarder et valider mes journées alimentaires

Pour être inclus dans l'étude, vous devez **saisir vos consommations pendant trois journées alimentaires** (les trois journées ayant été tirées au sort). Pour chacune, **vous listerez l'ensemble des consommations** que vous avez prises (nature et quantité des aliments et boissons consommés) **pendant 24 heures** (de minuit à minuit) et les **conditions de leur prise** (horaire, lieux).
Ce guide vous permettra de remplir plus facilement les questionnaires alimentaires. Prenez le temps de le lire, il contient des informations importantes.

Ce mode d'emploi suit de façon chronologique les différentes étapes de remplissage du questionnaire alimentaire.

1. Saisir l'heure et le lieu de chaque prise alimentaire

Après avoir cliqué sur la journée alimentaire que vous désirez saisir, une page d'accueil apparaît. Lisez-là attentivement, celle-ci précise les principes généraux d'aide au remplissage du questionnaire. Puis cliquez sur **« Suite »** pour commencer la saisie de la journée alimentaire.
Apparaît un premier écran dans lequel vous devez :

• **Choisir le type de prise alimentaire** que vous souhaitez saisir. **Cliquez sur** : **« Ajouter le petit-déjeuner »**, ou **« Ajouter le déjeuner »**, ou **« Ajouter un dîner »**, ou **« Ajouter une autre prise alimentaire »** (cette dernière vous permet de saisir les aliments et les boissons pris entre les principaux repas ou pendant la nuit).

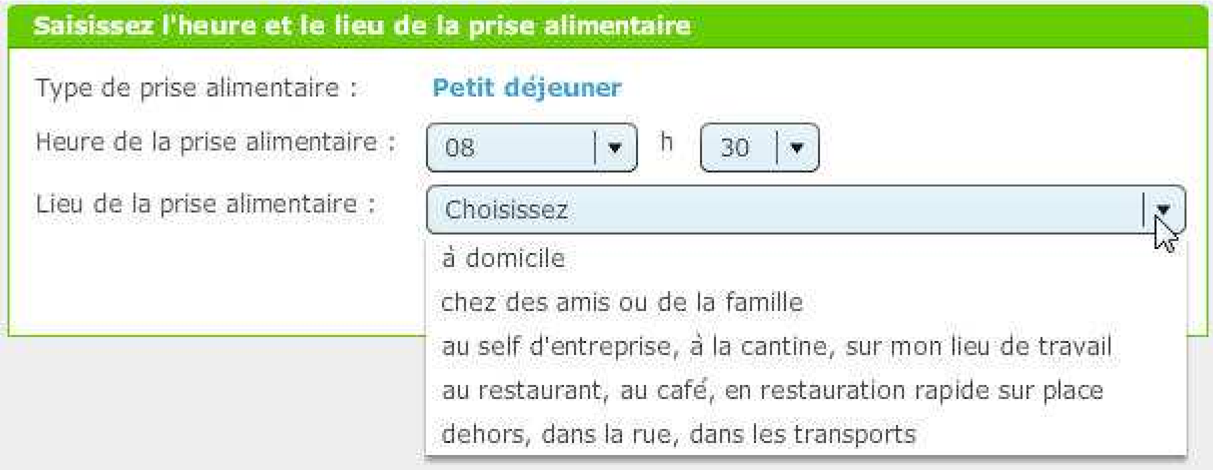


Puis apparaît une fenêtre dans laquelle vous devez saisir :

• L'**heure de la prise alimentaire** (à domicile, chez des amis ou de la famille…) : **cliquez sur les flèches** pour faire apparaître les listes déroulantes des heures et des minutes. Choisissez l'heure qui se rapproche le plus de l'heure de votre prise alimentaire. Par exemple, si vous avez déjeuné à 12h45 saisissez 12h50.

• Le **lieu de la prise alimentaire** : **choisissez le lieu** qui correspond le mieux à votre situation. Par exemple, si vous avez apporté votre repas sur votre lieu de travail, cliquez sur la flèche pour faire apparaître la liste déroulante, et cliquez sur **« Au self d'entreprise, à la cantine, sur mon lieu de travail »**.

Puis, cliquez sur **« Valider »** pour passer à la suite.

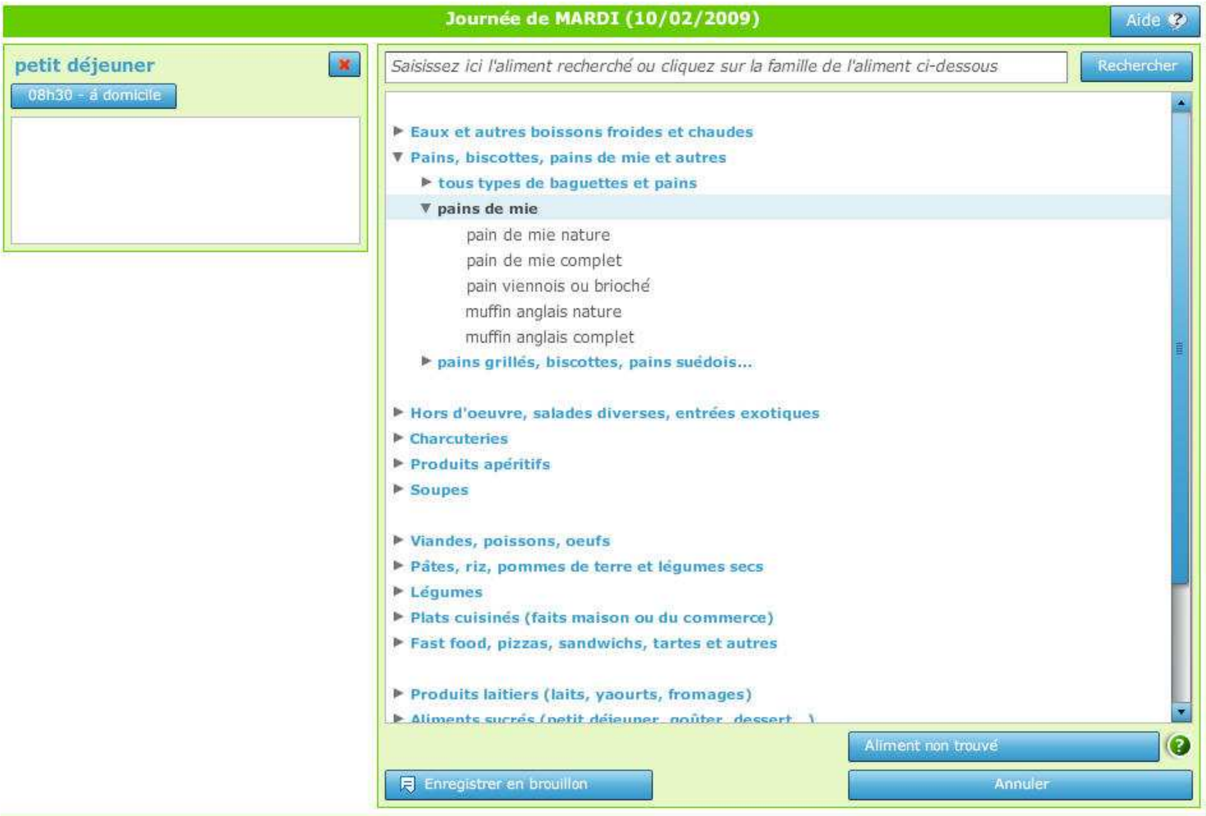


2. Saisir ce que j'ai mangé

Sur l'écran de saisie se trouvent :

• **A droite, une grande fenêtre contenant la liste des familles d'aliments** dans laquelle vous aurez à choisir ceux que vous avez consommés ;

• **A gauche, une autre fenêtre dans laquelle apparaîtront les aliments et boissons que vous avez saisis**.



Pour trouver les aliments et boissons que vous voulez saisir, vous avez deux possibilités :

• **Utiliser la liste des familles d'aliments** (dans la fenêtre de droite) : **en cliquant sur la famille, vous ferez apparaître des sous-groupes d'aliments**. En cliquant successivement sur les sous-groupes, vous ferez apparaître des listes d'aliments vous permettant de trouver celui que vous avez consommé.

• **Utiliser le moteur de recherche** : **écrivez le nom de l'aliment** (sans marque commerciale) **dans le champ de saisie**, cadre se trouvant au dessus de la liste des familles d'aliments, puis **cliquez sur le bouton « Rechercher »**. Il va alors s'afficher une liste vous permettant de trouver l'aliment que vous voulez saisir.



Ce moteur de recherche peut vous être particulièrement utile pour trouver des aliments ou boissons que vous n'avez pas identifiés par l'intermédiaire de la liste des familles d'aliments.
Une fois que vous avez trouvé l'aliment précis que vous voulez saisir, vous avez trois possibilités pour le sélectionner :

• Double-cliquez dessus ;

ou

• Faites le glisser dans la fenêtre de gauche ;

ou

• Cliquez une fois dessus, puis cliquez sur le bouton «Ajouter l'aliment sélectionné» en bas de la fenêtre de droite. Tout aliment sélectionné et correctement saisi s'affiche dans la fenêtre gauche de l'écran.

Si vous le souhaitez, il vous est possible à tout moment de **supprimer un aliment saisi**. Pour cela placez le curseur de la souris sur cet aliment ; cela fera apparaître une **« Croix »**. Cliquez dessus pour supprimer l'aliment.

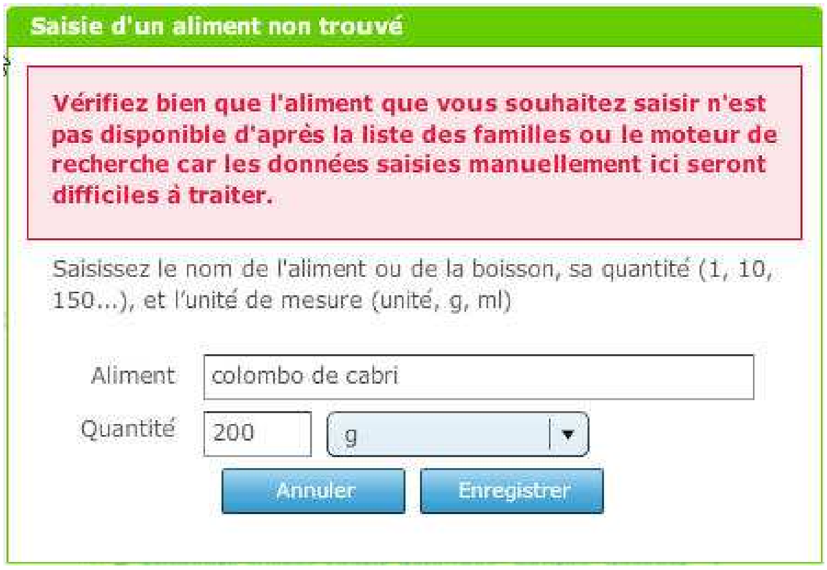
3. Un aliment non trouvé ?

Si vous ne trouvez pas un aliment que vous avez consommé dans la liste des familles d'aliments, **utilisez le moteur de recherche**.
Si vous ne le trouvez toujours pas :

• Utilisez en priorité la saisie dans la liste des familles d'aliments, de l'aliment ou de la boisson le plus proche possible. Par exemple, si votre consommation est un plat composé, saisissez le plat dont la composition est la plus proche de celui que vous avez consommé.

• Utilisez en dernier recours, la saisie manuelle. Pour cela, cliquez sur le bouton **« Aliment non trouvé »**. Apparaît une fenêtre dans laquelle vous pouvez saisir le nom de cet aliment (poudre d'amande, jus de clémentine…), sa quantité (1, 10, 150…), et l'unité de mesure (à l'**unité** (ex : 1 calisson), en **g**rammes, ou en **ml**).

Mais **il faut éviter au maximum ce type de saisie**, car les données saisies manuellement seront très difficiles à traiter pour les équipes en charge de l'analyse des données alimentaires.



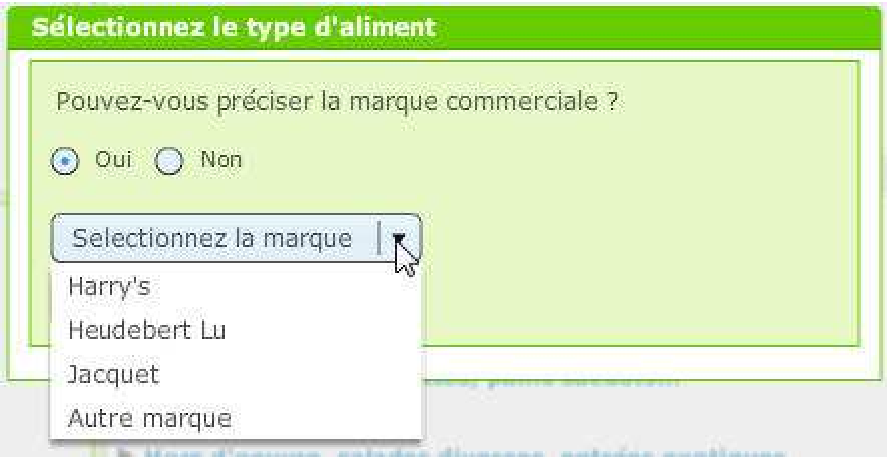
4. Comment faire pour saisir une marque ?

Pour certains aliments, il vous est proposé de **spécifier la marque commerciale**. Dans ce cas, apparaît une nouvelle fenêtre vous demandant si vous pouvez préciser la marque commerciale du produit consommé.

• **Si l'aliment ou la boisson que vous avez consommé n'a pas de marque**, ou si vous ne la connaissez pas, cliquez sur **« non »**.

• **Si l'aliment est un produit de marque** que vous connaissez, cliquez sur **« oui »**. S'affiche alors un menu déroulant ; cliquez sur la flèche pour faire apparaître la liste des marques et sélectionnez-en une.

• **Si celle-ci ne figure pas dans la liste**, vous avez la possibilité d'écrire la marque en clair (uniquement dans ce cas).

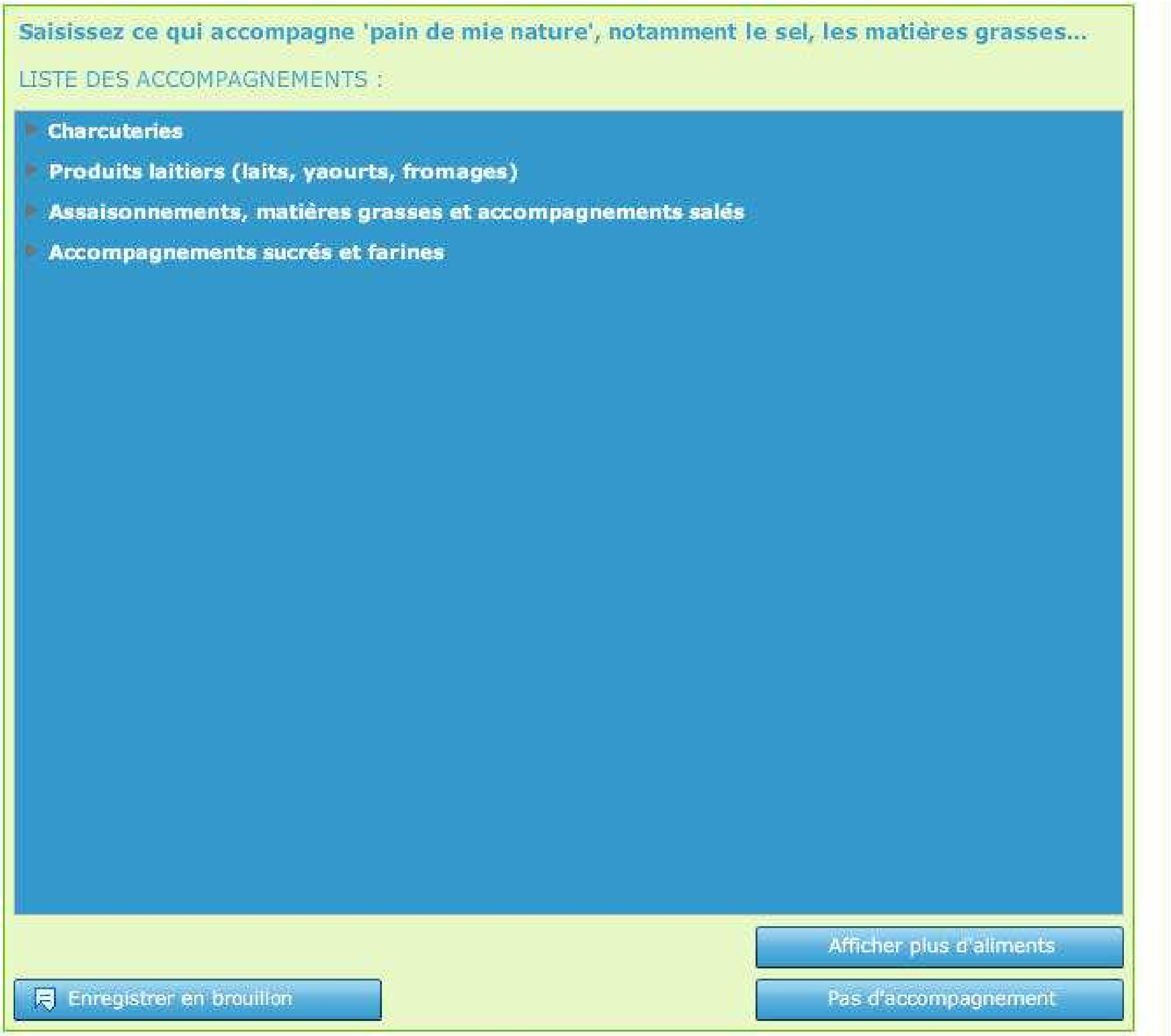


Une fois votre choix fait, cliquez sur **« Valider »**. Ainsi, l'aliment ou la boisson saisi apparaît dans la fenêtre de gauche. Ou cliquez sur **« Annuler »** si vous ne désirez plus sélectionner cet aliment.

Il est possible, en cours de saisie, de **modifier la marque commerciale** d'un aliment. Pour cela, placez le curseur de la souris sur cet aliment, cela fera apparaître le bouton **« Modifier »**. Cliquez dessus pour modifier la marque.

5. Comment saisir des aliments en accompagnement ?

A chaque fois que vous saisissez un aliment, une **fenêtre encadrée en bleu clair** apparaît; dans cette fenêtre sont présentées des **familles d'aliments qui accompagnent souvent l'aliment sélectionné**. **La liste des accompagnements permet de préciser les consommations de matières grasses ajoutées** (huile, beurre, margarine…), **sel et autres condiments salés ou sucrés**, utilisés lors de la préparation, la cuisson ou la dégustation. Mais elle permet également de saisir tout type d'aliments qui ont pu accompagner une boisson, un plat, un dessert… Par exemple, lorsque vous avez saisi un café, vous pouvez saisir le sucre dans la liste des accompagnements (vous le trouverez dans le groupe « Accompagnements sucrés et farines »). Lorsque vous avez saisi un plat de pâtes, vous pouvez y saisir le fromage râpé, la sauce tomate…



• **Si l'accompagnement que vous cherchez n'est pas dans la liste proposée**, vous pouvez cliquer sur le bouton « **Afficher plus d'aliments** ». S'affiche alors une liste élargie dans laquelle vous allez pouvoir trouver celui que vous cherchez. **Quand vous avez fini de saisir les accompagnements**, cliquez sur « **Pas d'autre accompagnement** », et continuez alors la saisie des autres aliments et boissons consommés au cours de la même prise alimentaire.

• **Si vous ne désirez pas saisir d'aliments en accompagnement**, vous pouvez cliquer sur le bouton « **Pas d'accompagnement** », ce qui vous ramène à la liste principale des familles d'aliments, et vous permet de poursuivre la saisie des autres aliments consommés.

Tout aliment en accompagnement est noté dans la liste des aliments saisis (fenêtre à gauche de l'écran) avec un « **+** », en dessous de l'aliment principal auquel il est rattaché. Exemple : « **+ sucre** ».

6. Rappel d'éventuels oublis

Une fois tous les aliments saisis pour la prise alimentaire concernée, vous devez cliquer sur le bouton : « **Toutes mes consommations sont saisies** ».

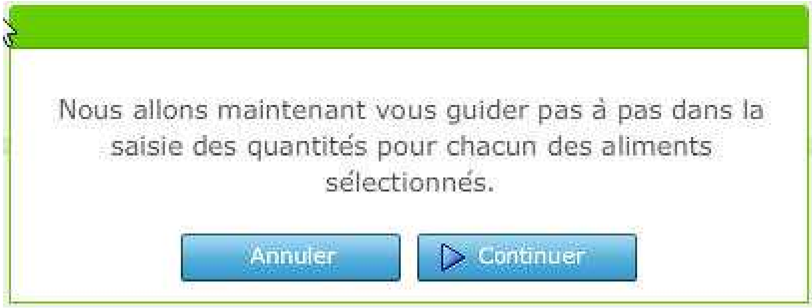
A ce moment, afin d'éviter d'éventuels oublis, une nouvelle fenêtre apparaît vous proposant une liste de familles d'aliments dans lesquelles aucun aliment n'a été saisi.



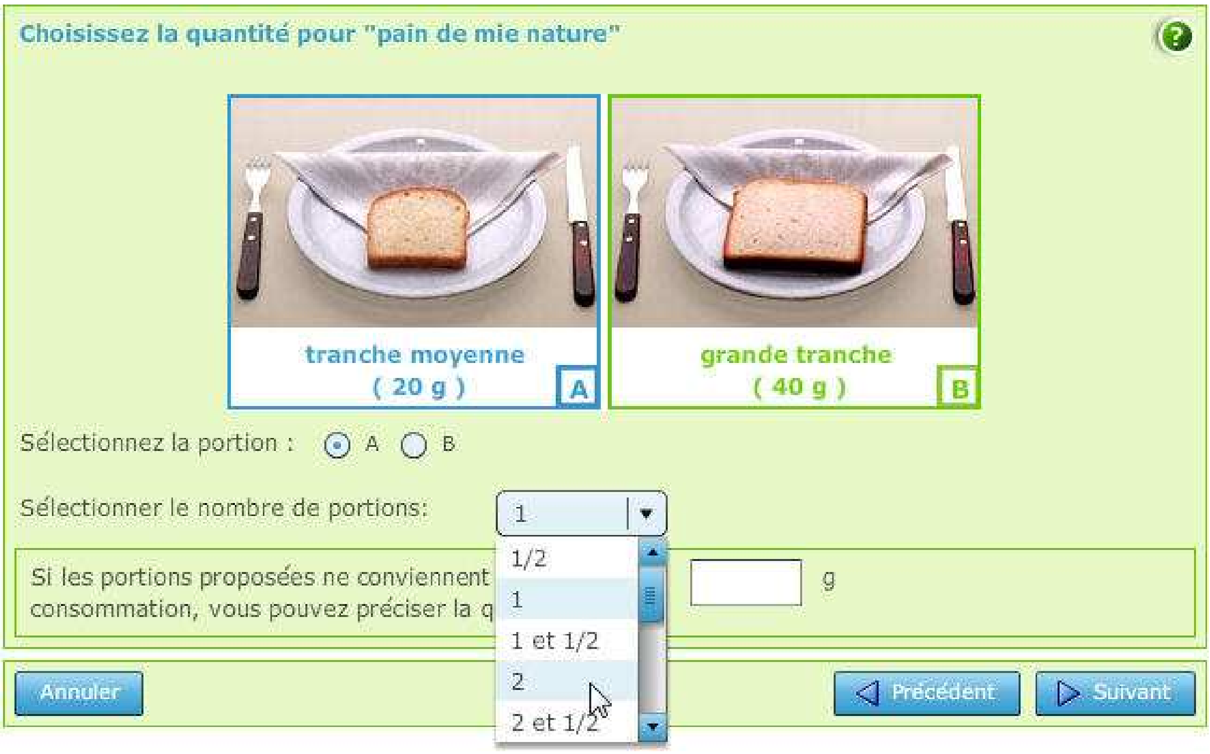
• **Si vous pensez avoir oublié un ou plusieurs aliments ou boissons**, ajoutez-les selon le même principe que précédemment (voir **saisir ce que j'ai mangé**). Si l'aliment que vous souhaitez ajouter n'est pas dans la liste proposée, cliquez sur le bouton « **Afficher plus d'aliments** ».
• **Si vous n'avez rien oublié**, cliquez sur le bouton : **«** **Je n'ai rien oublié** **»** pour passer à la suite.

7. Comment saisir les quantités consommées ?

Une fois que vous avez fini de saisir les aliments correspondants à la prise alimentaire (affichés dans la fenêtre de gauche), il vous est demandé de préciser les quantités consommées pour chacun de ces aliments.



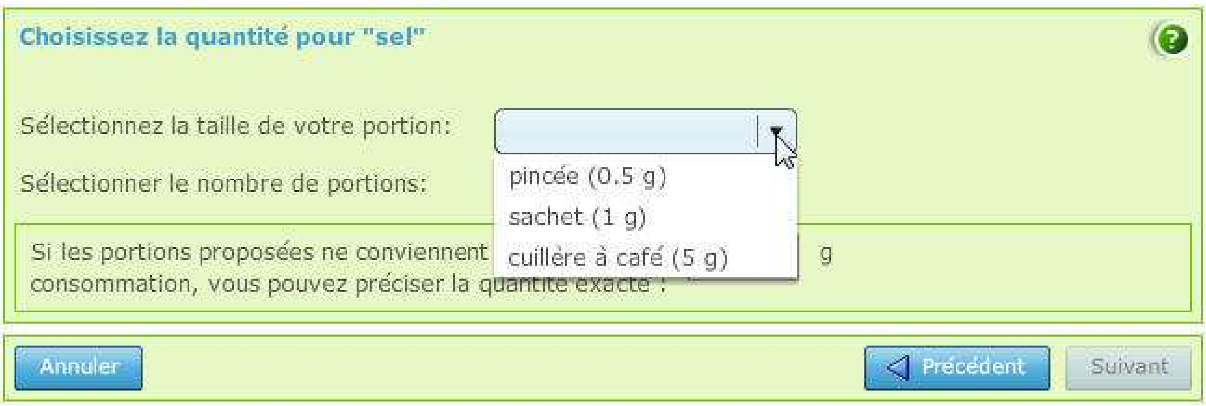
Pour chaque aliment, un choix de portions adaptées vous est proposé avec le plus souvent, une ou plusieurs photographies permettant une meilleure appréciation de la quantité. Les photographies sont identifiées par des lettres.
Lorsque des photos vous sont proposées, vous devez choisir celle correspondant à la quantité que vous avez réellement consommée et non pas celle qui vous a été servie.



Pour cela vous avez deux possibilités :
- **Cliquer directement sur la photo correspondant à la quantité** que vous avez mangé ou sur le contenant proposé pour juger de la quantité de liquide que vous avez bu (la photo d'un verre de 250ml, ou l'encadré intitulé bouteille de 500ml).

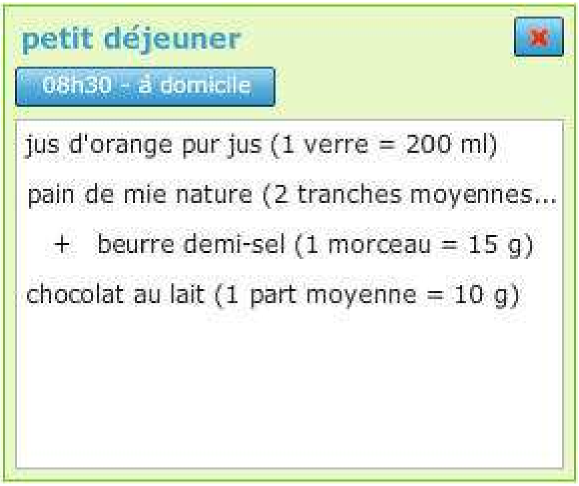
ou
- **Cliquer directement sur la lettre qui correspond à la photo** (le choix des lettres est proposé sous les photos). **Vous pouvez cliquer entre les photos pour signaler une portion intermédiaire non représentée** (sans photo) mais correspondant mieux à ce que vous avez consommé (ou vous pouvez choisir la lettre correspondante).

Pour certains aliments, aucune photo ne vous est proposée, mais vous pouvez cliquer **sur la flèche du premier menu déroulant pour faire apparaître une liste de portions**, et sélectionner celle qui est la mieux adaptée.



Une fois sélectionnée la portion la mieux adaptée, il vous est demandé de choisir le nombre de portions (1, 2, 3…), ou la quantité partielle (1/4, 1/2, 3/4…) que vous avez consommées, en cliquant sur la flèche du second menu déroulant (exemple : vous avez consommé 3 fois la portion de la photo B, ou
1/2 de la bouteille de 500 ml).
Il vous est également possible de **saisir directement la quantité (en ml) ou le poids (en grammes)** dans le champ de saisie libre prévu à cet effet (en bas de la fenêtre).

Cliquez sur **« Suivant »** pour continuer la saisie des portions, et sur **« Terminer »** lorsque vous avez saisi toutes les portions.
Une fois les quantités saisies pour chaque aliment, elles apparaissent dans la fenêtre de gauche, entre parenthèses à la suite du nom de l'aliment correspondant. Il est possible de modifier les quantités, tout au long de la saisie, en cliquant sur le bouton **« Modifier »**, qui apparaît lorsque l'on place le curseur de la souris sur l'aliment ou la boisson.



8. Modifier ou supprimer une prise alimentaire

Une fois toutes les portions saisies pour tous les aliments de la prise alimentaire concernée, il vous est proposé d'**ajouter d'autres prises** (petit déjeuner, déjeuner, dîner, ou toutes autres prises alimentaires en dehors de ces repas). Si votre journée alimentaire se décompose en plusieurs prises, vous effectuez à nouveau la même démarche pour chaque prise. Il vous est possible, tout au long de la saisie, de **modifier ou supprimer une prise alimentaire** :

- Pour **modifier une prise alimentaire** : cliquez sur le bouton **« Modifier la prise alimentaire »**, puis effectuez les ajouts ou suppressions de consommations.
- Pour **supprimer une prise alimentaire** : cliquez sur le bouton **« Modifier la prise alimentaire »**, puis sur la **« Croix »** se trouvant en haut à droite de la fenêtre où sont listés les aliments et boissons saisis.



9. Sauvegarder et valider mes journées alimentaires

• **Si vous n'avez pas fini de saisir votre journée alimentaire**, vous pouvez :

• **En cours de saisie, sauvegarder le questionnaire pour le terminer plus tard**. En effet, vous n'êtes pas obligé de saisir la totalité de la journée alimentaire en une seule fois. Il vous est possible d'interrompre et de reprendre la saisie sans perte de données. Il vous suffit de cliquer sur « **Continuer plus tard la saisie** ».

Même si votre connexion, ou l'écran de saisie sont fermées brutalement (coupure de courant, erreur de manipulation…), les données saisies sont automatiquement sauvegardées. Lorsque vous vous reconnectez, vous pouvez reprendre la saisie là où vous en étiez.

Attention, ne sont sauvegardées que les données saisies ; les données ayant été supprimées ne le sont pas.

ou

• **A la fin de la saisie, enregistrer le questionnaire comme brouillon**, et le modifier ou le compléter plus tard. Cliquez alors sur « **Enregistrer en brouillon** ».



• **Si vous avez fini de saisir votre journée alimentaire**, vous devez enregistrer définitivement le questionnaire en cliquant sur « **Valider ma journée alimentaire** », puis sur « **Valider définitivement** ». Dans ce cas, il vous est demandé de préciser si les consommations saisies pour cette journée alimentaire sont conformes à votre alimentation habituelle.

• Si, pour la journée saisie, vous estimez avoir eu **une alimentation proche de votre alimentation habituelle**, cliquez sur « **oui** ». Puis, cliquez sur « **Valider et quitter** ».

• Si, pour la journée saisie, vous estimez avoir eu **une alimentation différente de d'habitude**, cliquez sur « **non** ». Puis, **précisez si vous avez mangé plus ou moins en quantité que d'habitude**, et pour quelle raison (dans le champ de saisie en clair prévu à cet effet en bas de la fenêtre). Enfin, cliquez sur « **Valider et quitter** ».



N'oubliez pas de valider définitivement vos journées alimentaires. Pour cela, il faut que vous cliquiez sur **« Valider définitivement »**.

Attention, si vous saisissez vos repas le jour même, **n'oubliez pas vos dernières consommations de la journées** (eau, boissons, en-cas) puisque le recueil doit se faire **jusqu'à minuit** ! Dans ce cas, attendez le lendemain pour valider définitivement vos consommations.
Vous disposez d'un délai de **18 jours**, à partir de la date de réception du mail d'inscription, pour remplir et valider définitivement vos 3 journées alimentaires ; et ainsi être considéré comme inclus dans l'étude. **Attention à bien respecter ce délai, sinon il vous faudra tout recommencer.**
Attention ! Une fois votre journée alimentaire définitivement enregistrée, en cliquant sur **« Valider définitivement »**, il n'est plus possible de la modifier.
Merci beaucoup pour votre participation et bon courage pour le remplissage !
Rappelez-vous, ces données sont d'une grande importance pour la recherche.

A la fin du questionnaire alimentaire, enregistré en brouillon ou validé définitivement, le récapitulatif des consommations apparaît.



Une fois l'ensemble de ces questionnaires rempli (2 questionnaires alimentaires sur 3 seulement sont nécessaires), le volontaire est inclus dans la cohorte NutriNet-Santé et recevra régulièrement les questionnaires nécessaires à son suivi ainsi que des informations privilégiées sur l'étude.

ÉTUDE NUTRINET SANTÉ

500 000 « nutrinautes » pour étudier les relations entre la nutrition et la santé

BRAVO !

Vous avez rempli les 5 questionnaires d'inclusion (dont les 3 enquêtes alimentaires). Vous êtes donc bien inclus dans l'étude NutriNet-Santé. Vous faites aujourd'hui partie des " Nutrinautes ".

Merci pour votre soutien à la recherche médicale.

Votre participation à la suite de l'étude, au travers du remplissage des différents questionnaires qui vous seront adressés dans l'avenir, permettra de faire progresser les connaissances sur les relations Nutrition-Santé et de mieux comprendre les facteurs qui interviennent dans la survenue des maladies.

Vous recevrez, chaque mois un courriel d'information vous fournissant des précisions sur l'étude et les éventuels questionnaires complémentaires à remplir que vous trouverez sur notre site internet (un lien sera dans le courriel).

Merci de lire attentivement les courriels qui vous seront transmis. Afin que nous gardions le contact avec vous pendant toute la durée de l'étude, merci de nous informer de tout événement ou changement de coordonnées internet via la rubrique contacts du site http://www.etude-nutrinet-sante.fr.

Votre fidélité et votre participation actives sont les gages de la réussite de cette grande recherche d'intérêt collectif !

Nous comptons sur vous.

Bien cordialement,

Pr Serge Hercberg
Coordinateur de l'étude NutriNet-Santé
Directeur de l'Unité 557 Inserm/Unité 1125 Inra/Cnam/Univ Paris 13
Unité de recherche en Epidémiologie Nutritionnelle

L'étude NutriNet-Santé est un grand programme de recherche qui constitue une formidable aventure humaine et scientifique destinée à mieux comprendre les relations entre la Nutrition et la Santé.
Cette étude est parrainée par l'INSERM, le Ministère de la Santé, l'INPES, l'InVS et bénéficie d'un soutien de la Fondation de la Recherche Médicale (FRM). Pour en savoir plus sur la FRM et vous inscrire à la lettre électronique de la Fondation : http://www.frm.org.

II. Après l'inclusion

a. Une fois par an pendant 5 ans

Tous les ans, le nutrinaute doit remplir à nouveau les questionnaires du kit d'inclusion (dont 3 enregistrements de 24 heures). Un mail est envoyé au nutrinaute pour l'informer de l'existence de ces questionnaires disponibles sur le site Nutrinet-Santé via la rubrique « Mes questionnaires » de son espace personnel. Il doit alors comme lors de son inscription réaliser le tirage au sort des 3 jours d'enquête alimentaire, puis remplir l'ensemble de ses questionnaires.

Tous les ans, à date anniversaire de son inclusion dans l'étude, le nutrinaute reçoit par mail un diplôme décliné en fonction de sa durée d'appartenance à la cohorte (diplôme de coton, de bronze…) en format pdf.



b. Au cours de l'année

Entre deux bilans annuels, il est demandé au nutrinaute de remplir d'autres questionnaires. Ces questionnaires - à hauteur d'un questionnaire par mois maximum - sont signalés au volontaire par envoi d'un mail, et sont accessibles via la rubrique « Mes questionnaires » de son espace personnel.



Cher Nutrinaute,

un nouveau questionnaire est disponible à partir d'aujourd'hui dans votre espace personnel à la rubrique "Mes questionnaires". Il s'agit du **Questionnaire approvisionnement**. Il comprend, entre autres, des questions sur votre fréquentation des différents lieux d'approvisionnement en produits alimentaires (marché, supermarché…) ainsi que les autres modes d'approvisionnement (jardin, restaurant, vente à emporter…).

Nous vous remercions d'avance pour vos réponses !

Rendez-vous dès maintenant sur le site NutriNet-Santé ! pour remplir ce nouveau questionnaire. Il n'est pas très long à remplir ; toutefois, si vous n'avez pas le temps aujourd'hui, pas de problème, ce questionnaire est disponible 6 mois dans votre espace personnel.

Merci de votre fidélité et à bientôt sur le site de l'étude NutriNet-Santé !

Pr Serge Hercberg
Coordinateur de l'étude Nutrinet-Santé
Directeur de l'unité 557 Inserm/Unité 1125 Inra/Cnam/Univ Paris 13
Unité de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle

L'étude NutriNet-Santé est un grand programme de recherche qui constitue une formidable aventure humaine et scientifique destinée à mieux comprendre les relations entre la Nutrition et la Santé.
Cette étude est parrainée par l'INSERM, le Ministère de la Santé, l'INPES, l'InVS et bénéficie d'un soutien de la Fondation de la Recherche Médicale (FRM). Pour en savoir plus sur la FRM et vous inscrire à la lettre électronique de la Fondation : http://www.frm.org.

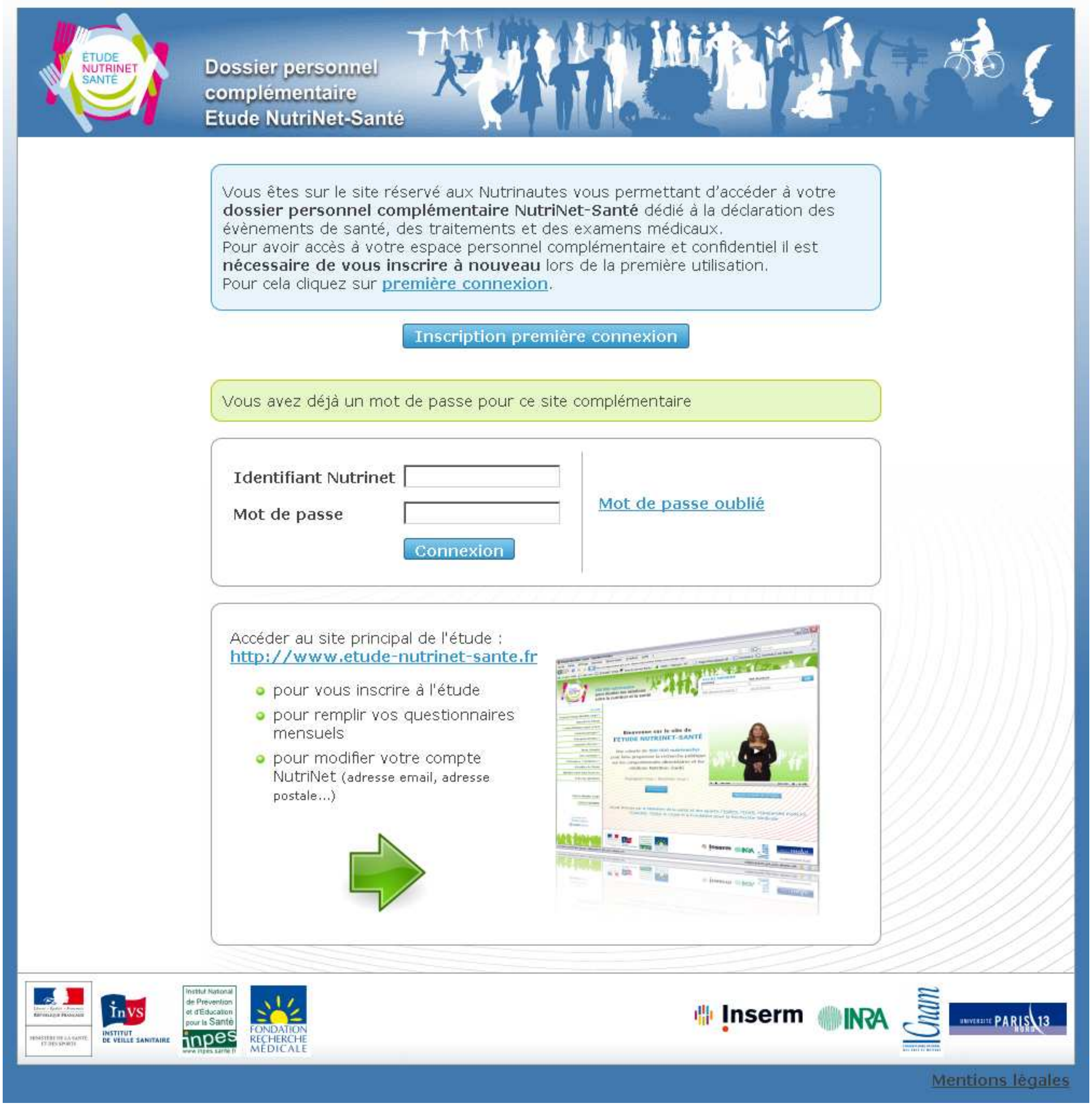
Il est possible de consulter la liste des questionnaires qui seront possiblement envoyés via la rubrique «Actualités NutriNet – Les futurs questionnaires ».

Qu'il ait un questionnaire à remplir ou non, le nutrinaute reçoit régulièrement un mail d'informations sur l'étude et sur l'état d'avancement.

c. Surveillance des évènements de santé

Dans le cadre du site Internet de l'étude, un site spécifique a été développé, dédié à la déclaration des événements de santé auquel les volontaires ont accès pour fournir des informations précises sur ces événements: le site « Dossier personnel complémentaire ».

Ce site spécifique permet au Nutrinaute de déclarer un nouvel évènement de santé, de compléter un évènement de santé déjà déclaré, de déclarer un nouveau traitement ou de déclarer un nouvel examen de santé (analyses, radiographies …)
Pour les volontaires, l'accès à ce site dédié se fait au niveau de leur espace membre de l'étude NutriNet-Santé. Un onglet spécifique dans le Menu de l'espace personnel permet d'entrer dans ce site.

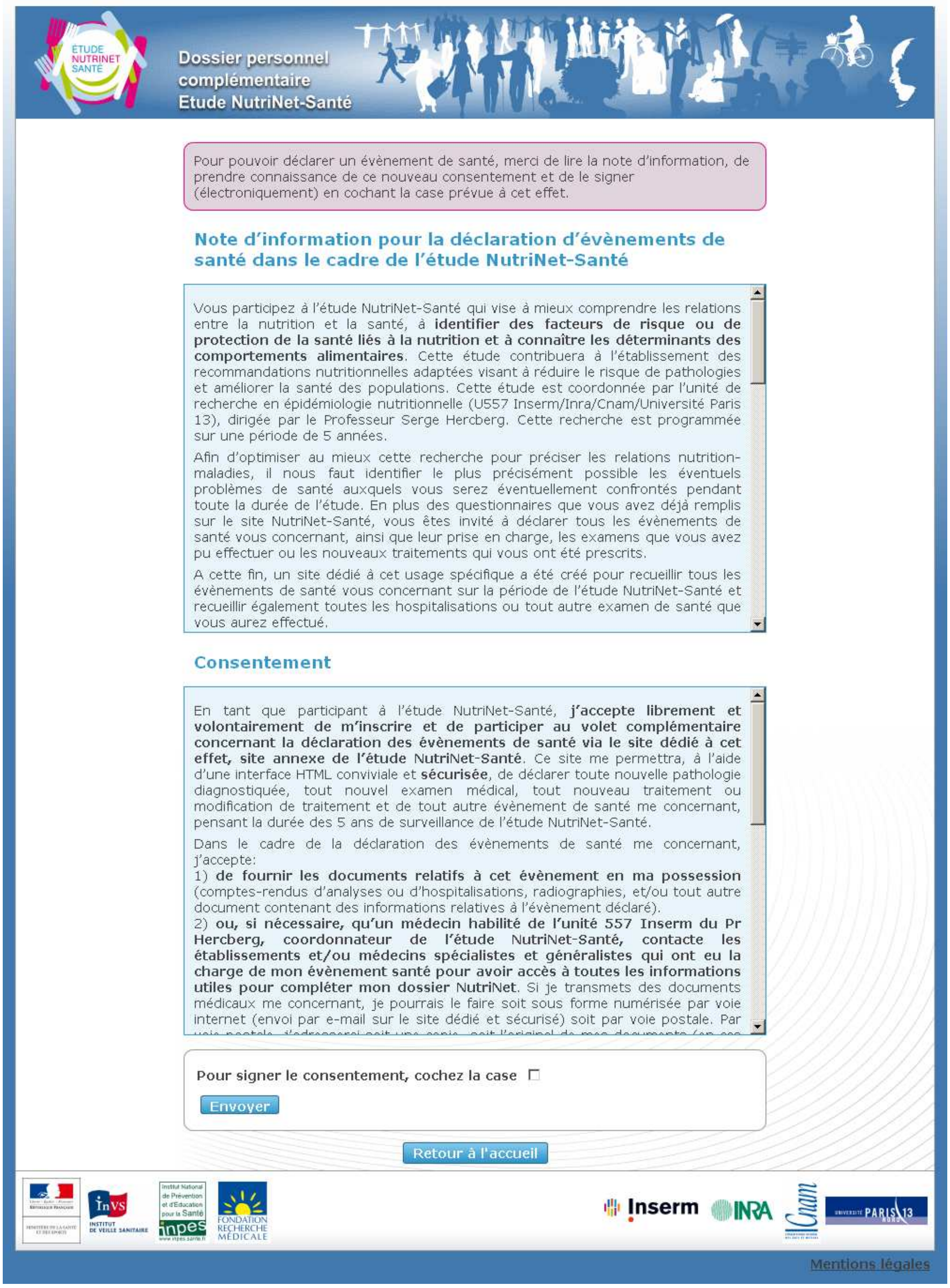


Pour des raisons de sécurité et de protection des données médicales, l'identification du Nutrinaute pour ce site spécifique est indépendante de celle du site principal de l'étude NutiNet-Santé. Ainsi, lors de la première connexion du volontaire (bouton « Inscription première connexion » sur la page d'accueil), il est demandé au Nutrinaute une nouvelle identification pour optimiser au maximum la sécurité des données. L'authentification s'effectue de la façon suivante :

- identification par login et e-mail,
- envoi par e-mail d'un lien d'activation pour la connexion au site dédié.



Lorsque le Nutrinaute se connecte, il peut alors s'identifier depuis la page d'accueil en indiquant son identifiant ainsi que le mot de passe qu'il a choisi. Lors de sa première connexion, une page contenant une note d'information et un consentement s'ouvre. Le Nutrinaute doit alors valider sa participation en signant électroniquement le consentement, pour pouvoir accéder aux fonctionnalités du site.


Dossier personnel complémentaire
Etude NutriNet-Santé

Pour pouvoir déclarer un évènement de santé, merci de lire la note d'information, de prendre connaissance de ce nouveau consentement et de le signer (électroniquement) en cochant la case prévue à cet effet.

Note d'information pour la déclaration d'évènements de santé dans le cadre de l'étude NutriNet-Santé

Vous participez à l'étude NutriNet-Santé qui vise à mieux comprendre les relations entre la nutrition et la santé, à **identifier des facteurs de risque ou de protection de la santé liés à la nutrition et à connaître les déterminants des comportements alimentaires**. Cette étude contribuera à l'établissement des recommandations nutritionnelles adaptées visant à réduire le risque de pathologies et améliorer la santé des populations. Cette étude est coordonnée par l'unité de recherche en épidémiologie nutritionnelle (U557 Inserm/Inra/Cnam/Université Paris 13), dirigée par le Professeur Serge Hercberg. Cette recherche est programmée sur une période de 5 années.

Afin d'optimiser au mieux cette recherche pour préciser les relations nutrition-maladies, il nous faut identifier le plus précisément possible les éventuels problèmes de santé auxquels vous serez éventuellement confrontés pendant toute la durée de l'étude. En plus des questionnaires que vous avez déjà remplis sur le site NutriNet-Santé, vous êtes invité à déclarer tous les évènements de santé vous concernant, ainsi que leur prise en charge, les examens que vous avez pu effectuer ou les nouveaux traitements qui vous ont été prescrits.

A cette fin, un site dédié à cet usage spécifique a été créé pour recueillir tous les évènements de santé vous concernant sur la période de l'étude NutriNet-Santé et recueillir également toutes les hospitalisations ou tout autre examen de santé que vous aurez effectué.

Consentement

En tant que participant à l'étude NutriNet-Santé, **j'accepte librement et volontairement de m'inscrire et de participer au volet complémentaire concernant la déclaration des évènements de santé via le site dédié à cet effet, site annexe de l'étude NutriNet-Santé**. Ce site me permettra, à l'aide d'une interface HTML conviviale et **sécurisée**, de déclarer toute nouvelle pathologie diagnostiquée, tout nouvel examen médical, tout nouveau traitement ou modification de traitement et de tout autre évènement de santé me concernant, pensant la durée des 5 ans de surveillance de l'étude NutriNet-Santé.

Dans le cadre de la déclaration des évènements de santé me concernant, j'accepte:
1) **de fournir les documents relatifs à cet évènement en ma possession** (comptes-rendus d'analyses ou d'hospitalisations, radiographies, et/ou tout autre document contenant des informations relatives à l'évènement déclaré).
2) **ou, si nécessaire, qu'un médecin habilité de l'unité 557 Inserm du Pr Hercberg, coordonnateur de l'étude NutriNet-Santé, contacte les établissements et/ou médecins spécialistes et généralistes qui ont eu la charge de mon évènement santé pour avoir accès à toutes les informations utiles pour compléter mon dossier NutriNet**. Si je transmets des documents médicaux me concernant, je pourrais le faire soit sous forme numérisée par voie internet (envoi par e-mail sur le site dédié et sécurisé) soit par voie postale. Par

Pour signer le consentement, cochez la case ☐

Envoyer

Retour à l'accueil

Mentions légales

La page d'accueil qui s'affiche dorénavant à chaque nouvelle connexion du volontaire sur le site permet au Nutrinaute :

- de déclarer un nouvel évènement de santé,
- ou de compléter un évènement de santé déjà déclaré.



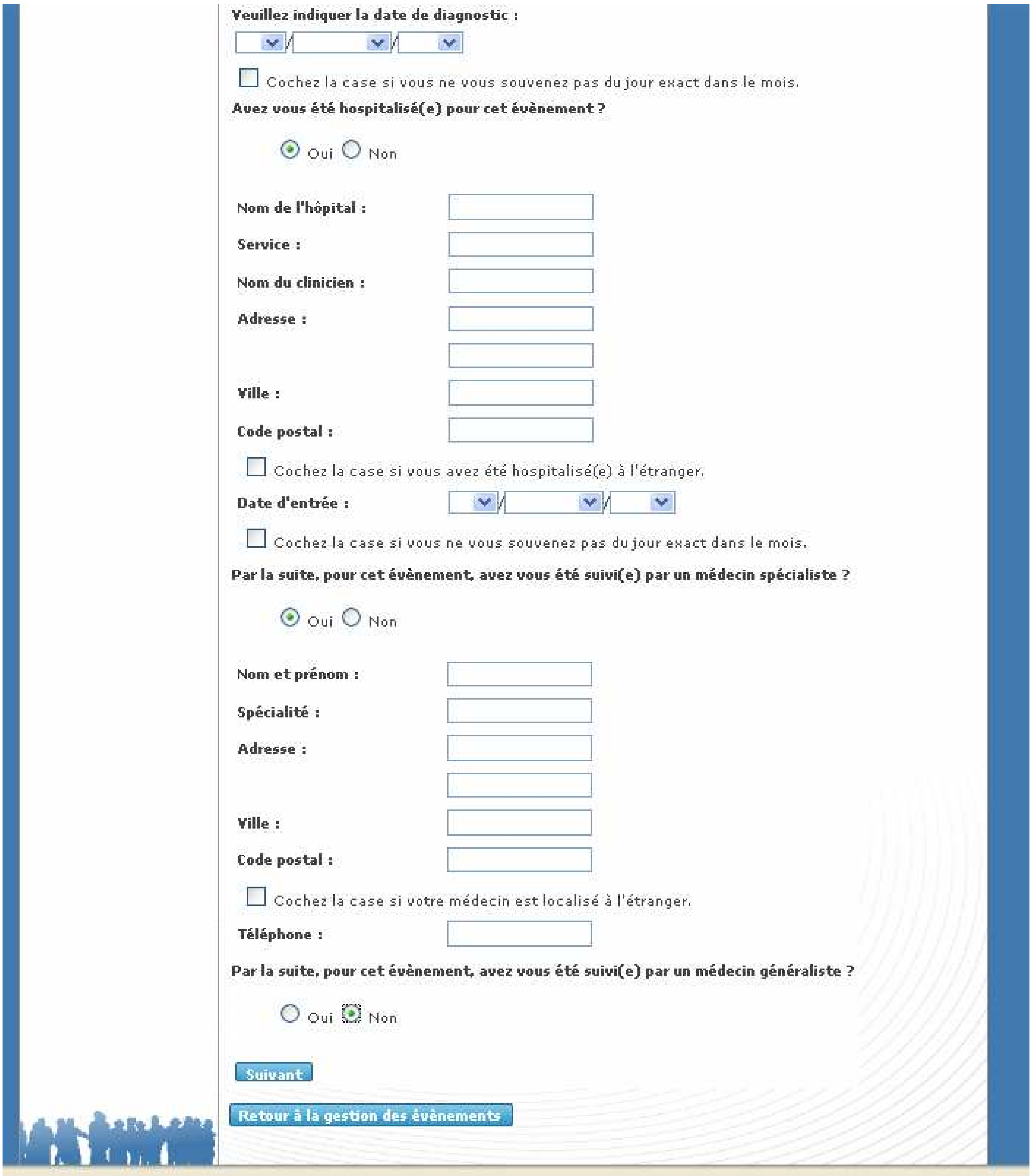
Le volontaire a la possibilité de déclarer soit :

- un évènement cardiovasculaire,
- un évènement neurovasculaire,
- un cancer,
- une autre pathologie n'appartenant pas aux trois catégories précédentes.



Pour chaque pathologie indiquée le volontaire doit indiquer :

- le type de pathologie
- la date de diagnostic
- l'hospitalisation éventuelle liée à cet évènement
- les coordonnées de l'hôpital
- les coordonnées des éventuels médecins généraliste et/ou spécialistes l'ayant pris en charge suite à cet évènement



Veuillez indiquer la date de diagnostic :

Cochez la case si vous ne vous souvenez pas du jour exact dans le mois.

Avez vous été hospitalisé(e) pour cet évènement ?

Oui Non

Nom de l'hôpital :

Service :

Nom du clinicien :

Adresse :

Ville :

Code postal :

Cochez la case si vous avez été hospitalisé(e) à l'étranger.

Date d'entrée :

Cochez la case si vous ne vous souvenez pas du jour exact dans le mois.

Par la suite, pour cet évènement, avez vous été suivi(e) par un médecin spécialiste ?

Oui Non

Nom et prénom :

Spécialité :

Adresse :

Ville :

Code postal :

Cochez la case si votre médecin est localisé à l'étranger.

Téléphone :

Par la suite, pour cet évènement, avez vous été suivi(e) par un médecin généraliste ?

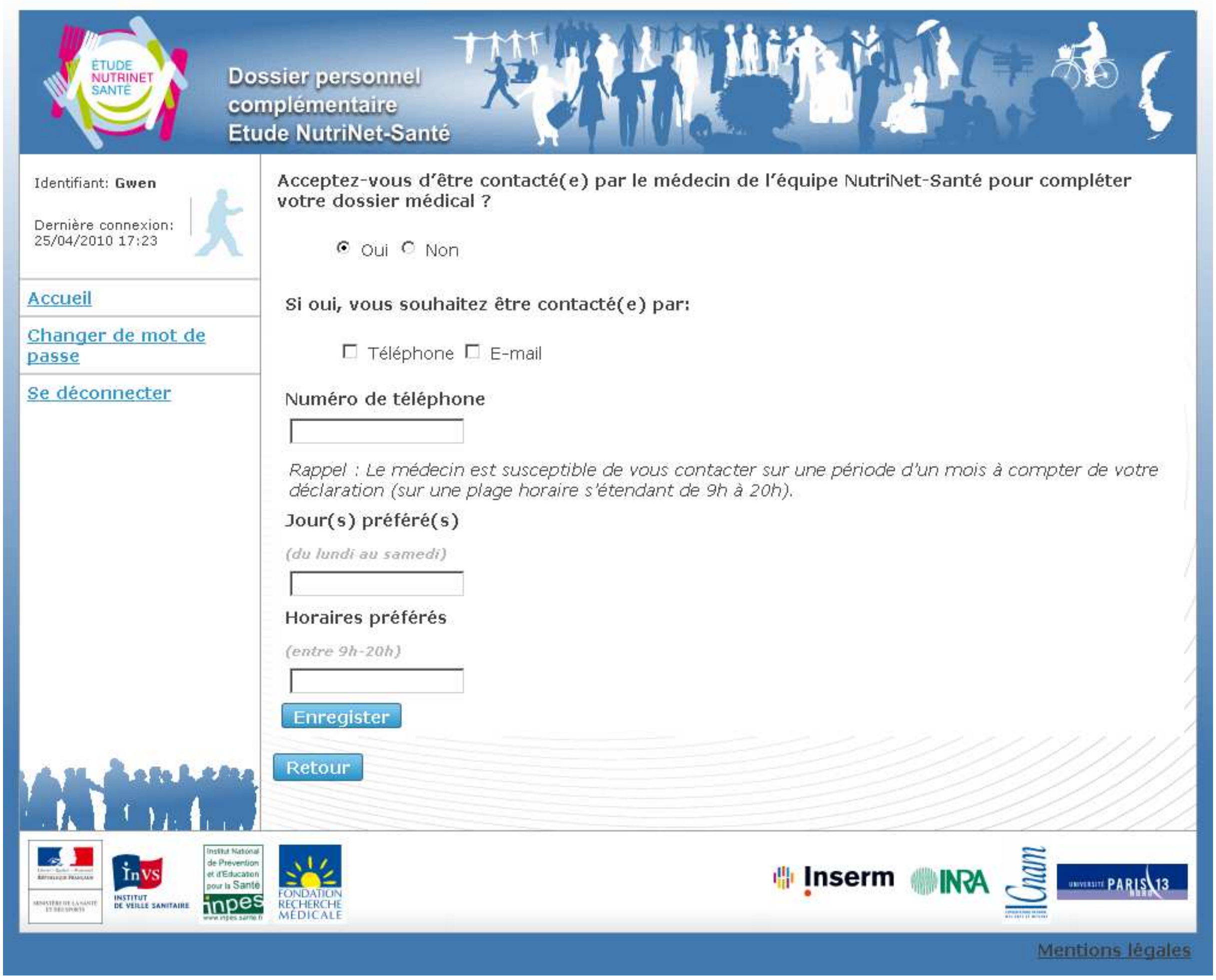
Oui Non

Suivant

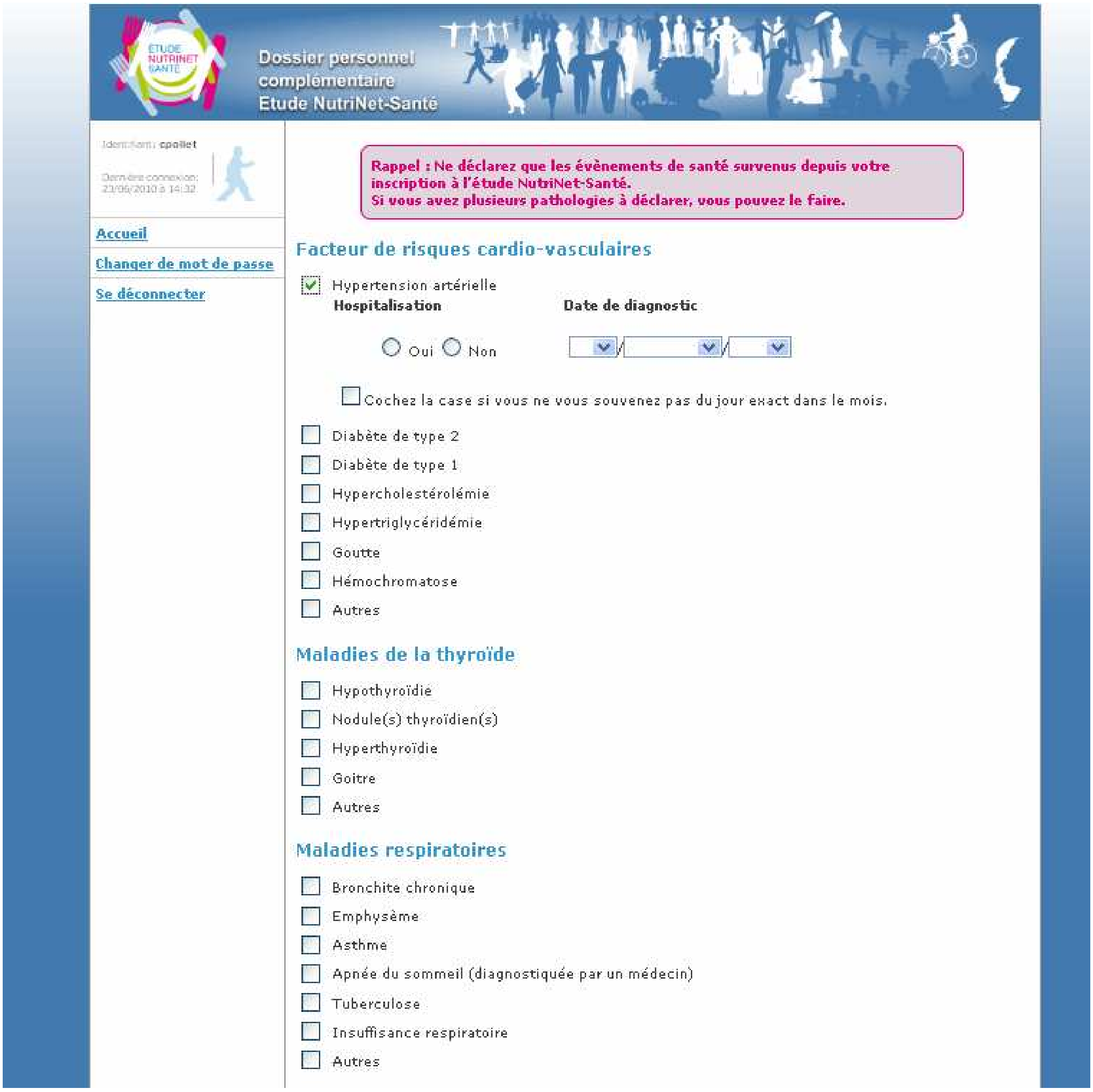
Retour à la gestion des évènements

Lorsque le volontaire valide sa déclaration, un numéro de dossier est automatiquement attribué à l'évènement déclaré, et nommé « numéro d'enregistrement de l'évènement ». Ce

numéro est composé de lettres et de chiffres, il est unique et permet d'identifier l'évènement et le volontaire associé à cet évènement. Ce numéro permettra également le suivi des documents médicaux transmis par le volontaire.
A la fin de cette déclaration, il est demandé au volontaire s'il accepte qu'un de nos médecins le contacte par courrier électronique ou par téléphone :

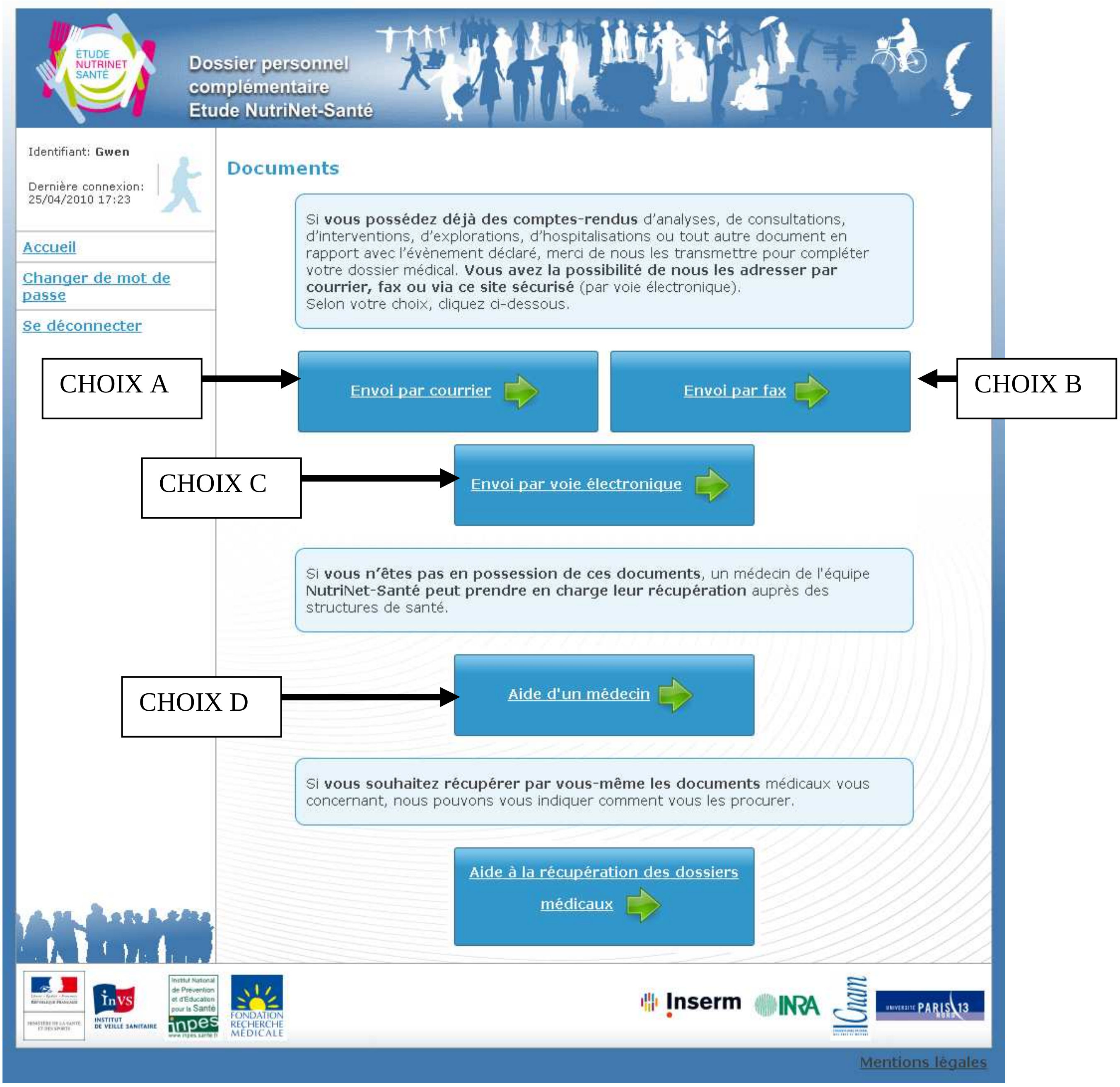


Pour les évènements de santé « autres » (différents des évènements cardiovasculaires, neurovasculaires et cancers) le volontaire peut seulement indiquer la pathologie ainsi que la date de diagnostic et une éventuelle hospitalisation liée à cet évènement. Dans ce cas, les comptes-rendus médicaux ne sont pas recueillis, mais cette interface nous permet de compléter au mieux le dossier médical de tous les volontaires (connaissance et date du diagnostic des différents facteurs de risque cardiovasculaire tels que l'hypertension, le diabète...



Pour les déclarations d'évènements de santé majeurs, il est alors proposé au Nutrinaute plusieurs choix pour récupérer son dossier médical :

- il peut transmettre lui-même les documents s'il les a en sa possession par courrier, par fax ou par courrier électronique
- il peut choisir qu'un médecin de l'équipe médicale NutriNet puisse prendre en charge le recueil de ces documents
- il lui est également proposé une aide pour pouvoir récupérer lui-même les documents médicaux auprès des établissements de soins ou les médecins (des modèles de courrier lui sont ainsi proposés, ainsi que les liens Internet pour l'accès à la législation en vigueur)


Dossier personnel complémentaire Etude NutriNet-Santé
Identifiant: Gwen
Dernière connexion: 25/04/2010 17:23
Accueil
Changer de mot de passe
Se déconnecter
Documents
Si vous possédez déjà des comptes-rendus d'analyses, de consultations, d'interventions, d'explorations, d'hospitalisations ou tout autre document en rapport avec l'évènement déclaré, merci de nous les transmettre pour compléter votre dossier médical. Vous avez la possibilité de nous les adresser par courrier, fax ou via ce site sécurisé (par voie électronique).
Selon votre choix, cliquez ci-dessous.
CHOIX A
Envoi par courrier
Envoi par fax
CHOIX B
CHOIX C
Envoi par voie électronique
Si vous n'êtes pas en possession de ces documents, un médecin de l'équipe NutriNet-Santé peut prendre en charge leur récupération auprès des structures de santé.
CHOIX D
Aide d'un médecin
Si vous souhaitez récupérer par vous-même les documents médicaux vous concernant, nous pouvons vous indiquer comment vous les procurer.
Aide à la récupération des dossiers médicaux
Mentions légales

CHOIX A :

Si le volontaire choisit d'adresser ses documents médicaux par voie postale, l'adresse de l'équipe médicale lui est indiquée. D'autre part, afin d'identifier l'origine du document envoyé, il doit joindre à son pli le numéro d'enregistrement de l'évènement :

- soit sur papier libre,
- soit en imprimant la page d'accompagnement qui correspond à un fichier pdf créé automatiquement et comportant le numéro d'enregistrement de l'évènement déclaré.



CHOIX B :

Le volontaire choisit d'adresser ses documents médicaux par fax ; le numéro de fax de l'équipe médicale lui est indiqué. D'autre part, de la même façon que pour un envoi postal, afin d'identifier l'origine du document, il doit joindre le numéro d'enregistrement de l'évènement qui lui est indiqué :

- soit sur papier libre
- soit en imprimant la page d'accompagnement qui correspond à un fichier pdf créé automatiquement et comportant le numéro d'enregistrement de l'évènement déclaré.



CHOIX C :

Le volontaire choisit d'adresser ses documents médicaux par voie informatique ; la démarche à suivre lui est indiquée :

- recherche du document à l'aide du bouton « Parcourir »,
- une fois le document trouvé, le volontaire doit simplement cliquer sur le bouton « Envoyer » et l'envoi numérique s'effectue de façon totalement sécurisée,
- un message de confirmation d'envoi apparaît ensuite au volontaire.

Dans ce cas, le numéro d'enregistrement du dossier médical correspondant à l'événement est directement inséré dans le message accompagnant le document.



CHOIX D :

Le volontaire souhaite qu’un médecin de l’équipe médicale NutriNet prenne en charge la récupération de ses documents médicaux : il choisit alors « Aide d’un médecin ».



Enfin, il est également proposé au volontaire une aide dans les démarches administratives lui permettant de récupérer son dossier médical auprès des établissements de santé ou des professionnels de santé. Cette rubrique propose :

- un texte explicatif indiquant leurs droits,
- les textes législatifs à consulter sur les sites de la Cnil, l’Aphp ou Légifrance,
- des modèles de courriers à envoyer auprès des établissements de santé et/ou des professionnels de santé.



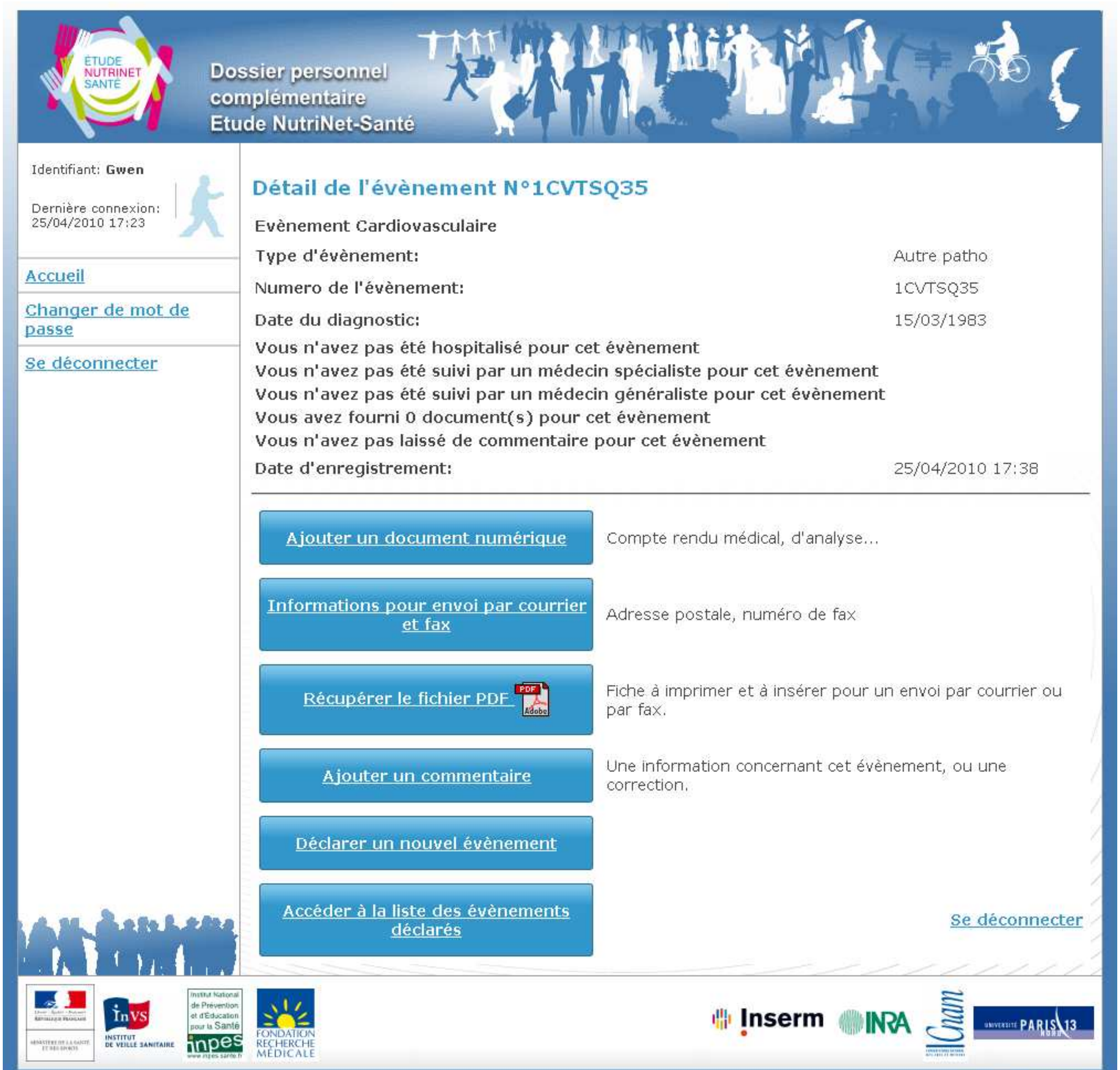
D'autres possibilités sont offertes au volontaire pour compléter directement son évènement s'il le souhaite (ajout de documents numériques par exemple) et également retrouver les informations pour procéder à un envoi postal ou par fax. Il est également possible d'ajouter un commentaire en clair.

A partir de l’interface de gestion des évènements de santé, le volontaire peut également compléter un évènement de santé qu’il a déjà déclaré. En choisissant cette option, une nouvelle interface s’ouvre, comprenant un récapitulatif de tous les évènements déclarés.



Ensuite, lorsque le volontaire a choisi l’évènement à compléter, la fiche récapitulative de l’évènement s’affiche, telle qu’elle est à la fin de la déclaration de l’évènement. Comme décrit précédemment, cette fiche récapitulative permet :

- d’ajouter un document numérique à l’évènement
- de retrouver les informations nécessaires à l’envoi postal ou par fax de documents
- d’imprimer la fiche récapitulative
- d’ajouter un commentaire en clair à l’évènement



Si le volontaire souhaite ajouter un commentaire au sujet d'un évènement la page suivante s'affiche :



L'interface lui propose également de déclarer un examen médical qu'il aurait nouvellement subi ou encore un nouveau traitement.

III. Autres utilisations du site www.etude-nutrinet-sante.fr

ACTUALITES NUTRINET

Etat d'avancement

Dans cette rubrique, des informations sont données sur le suivi de l'étude (lancement, campagne médiatique, point à 6 mois, 1 an…).

11/05/2010 - Premier anniversaire de l'étude NutriNet-Santé



Conférence de presse
11 mai 2010

Le **11 mai 2010,** date du premier anniversaire de l'étude NutriNet-Santé, le Professeur Serge Hercberg a tenu une **conférence de presse** au Conservatoire National des Arts et Métiers.

Télécharger le dossier de presse NutriNet-Santé du 11 mai 2010

Les futurs questionnaires

Ici, le Nutrinaute est informé sur les questionnaires qu'il devra éventuellement remplir dans les mois qui viennent.

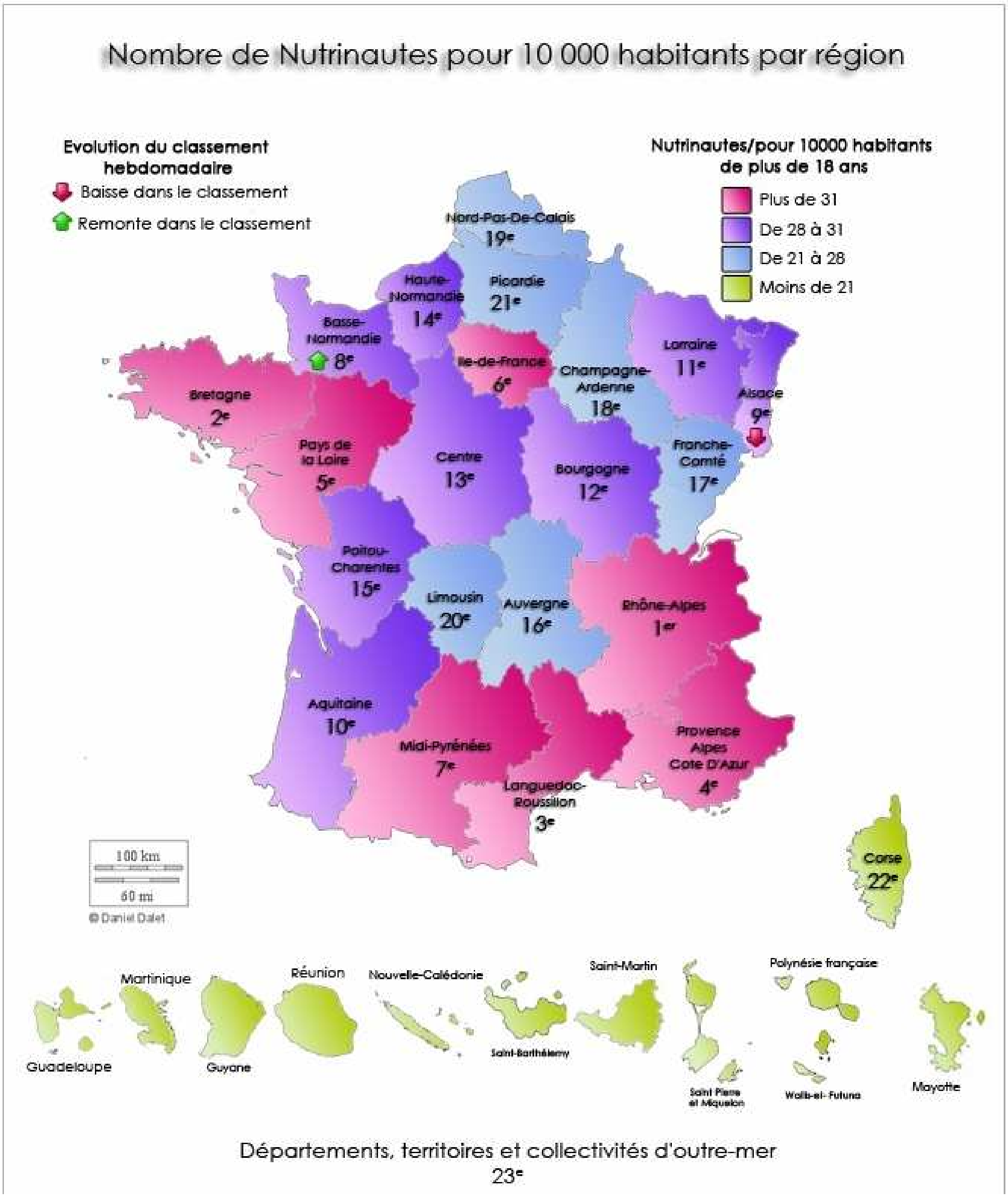


L'étude en chiffres

Quelques chiffres clés sur l'étude sont donnés et ici on pourra suivre le nombre d'inscrits et le nombre d'inclus dans la cohorte. Des informations chiffrées seront également fournies sur les caractéristiques et les consommations de la cohorte (exemple : poids total de la cohorte, tonnes de bananes consommées…).

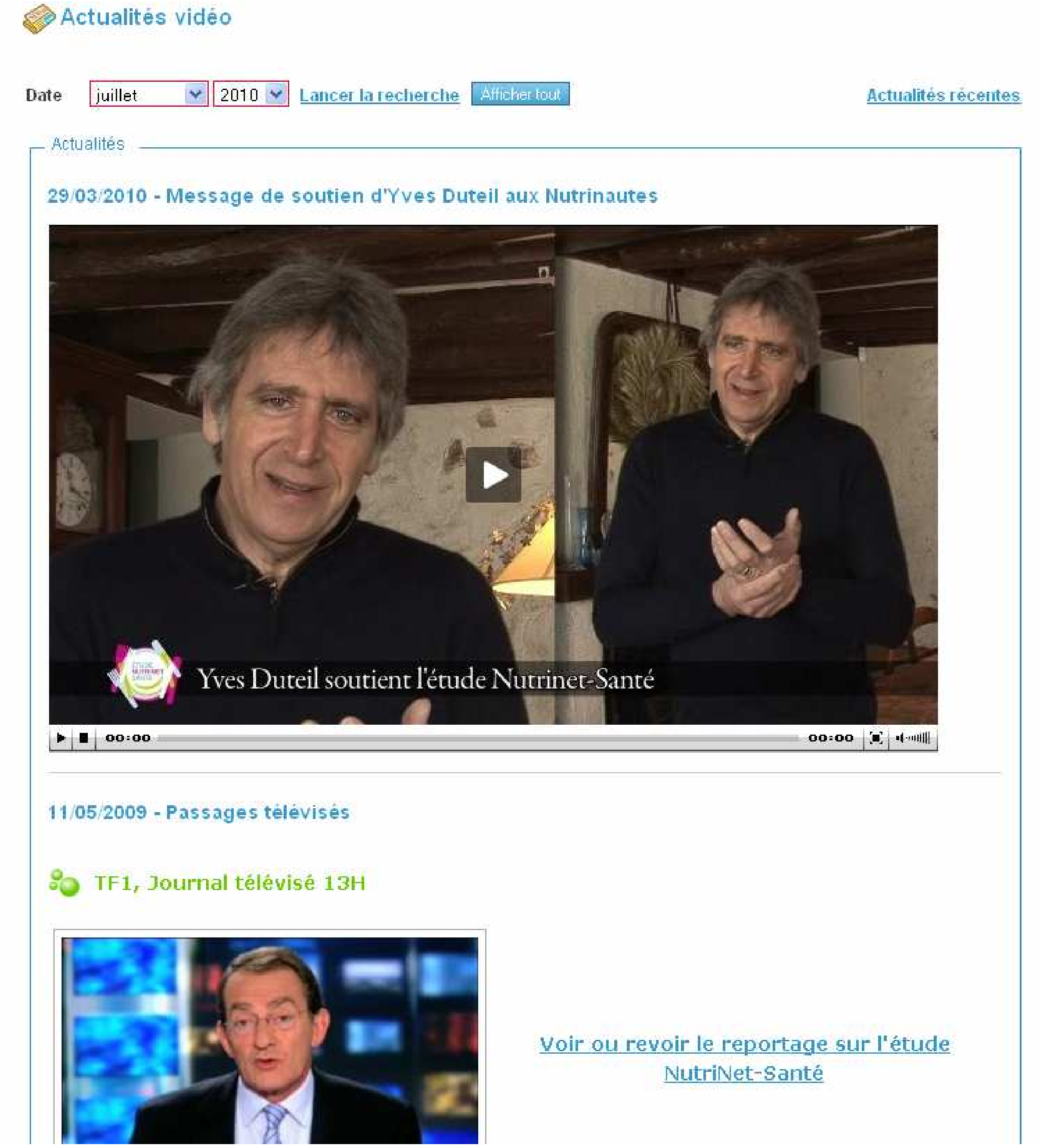


Classement par régions



Les actualités vidéo

Cette rubrique regroupe l'ensemble des vidéos présentes sur le site NutriNet-Santé et sera complétée par les reportages et interviews réalisés autour de l'étude.



Les actualités presse

Ici, une revue des articles et dépêches parus dans la presse au sujet de l'étude NutriNet-Santé, est disponible. La consultation peut se faire directement (5 dernières actualités à l'écran) ou en sélectionnant un mois et une année.

14/05/2010 - La Montagne



Pièce jointe : article_la_montagne_14_05_10.jpg

12/05/2010 - Le Quotidien de la Réunion et de l'Océan Indien

Le Quotidien DE LA RÉUNION ET DE L'OCÉAN INDIEN

Pièce jointe : le_quotidien_de_la_reunion_12_05_10.jpg

12/05/2010 - 20 Minutes, édition de Strasbourg



LES CHERCHEURS VOUS PARLENT

Dans cette rubrique, le nutrinaute pourra trouver interviews de chercheurs qui parleront des travaux réalisés dans le domaine de la nutrition ainsi que reportages.

Les chercheurs vous parlent

Dans cette rubrique, vous trouverez des **interviews de chercheurs** qui vous parleront des travaux réalisés dans le domaine de la nutrition ainsi que **des reportages**.

23 juin 2010 :



Pour ses 10 ans, le site web du réseau NACRe fait peau neuve et vous facilite l'accès aux recommandations pour la prévention nutritionnelle des cancers

Dr Paule Latino-Martel Unité de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle UMR U557Inserm, U1125 Inra, Cnam, Université Paris 13, Bobigny. Réseau NACRe (réseau National Alimentation Cancer Recherche)

Depuis plusieurs années, les informations sur la relation entre alimentation et cancer communiquées par des livres, des articles de presse et des émissions de télévision se multiplient. Souvent elles se contredisent. Face à cette surenchère d'information comment savoir ce qui est fiable et ce qui ne l'est pas ? Où trouver facilement et gratuitement une **information sûre** ?

Le site Internet du réseau National Alimentation Cancer Recherche (NACRe) http://www.inra.fr/nacre, qui vient de faire peau neuve, vous donne accès aux **recommandations actuelles pour la prévention nutritionnelle des cancers**, élaborées dans le cadre de Plan National Nutrition Santé avec l'appui scientifique du réseau NACRe :
http://www.inra.fr/nacre/nutrition_et_cancer/recommandations
. Ce site vous permet de repérer aisément ce qu'il faut retenir pour agir

LES ACTUALITES SCIENTIFIQUES

Le nutrinaute peut trouver ici des informations sur les grands enjeux de santé publique en France, des dossiers thématiques de la Fondation pour la Recherche Médicale, des informations consommations et des bulletins d'actualité sur la nutrition et la santé en France et dans le Monde.

Actualités scientifiques

Date février 2009 Lancer la recherche Afficher tout Actualités récentes

Actualités

22/01/2009 - Dossier N°109 de la FRM

Le cancer de la prostate est le plus fréquent des cancers chez l'homme et le deuxième plus mortel. Triste palmarès pour une maladie affectant une si petite glande. Heureusement, malgré l'augmentation du nombre de cas, la mortalité stagne car le dépistage, aujourd'hui plus précoce, permet de surveiller et de traiter à temps. En outre, on s'oriente vers une prise en charge « à la carte » qui ne perd plus de vue la qualité de vie des malades.

Pièce jointe : FRM109 dossier.pdf

19/01/2009 - Les grands enjeux de santé publique (Partie 1/6)

dans lesquels interviennent des facteurs nutritionnels : Les cancers

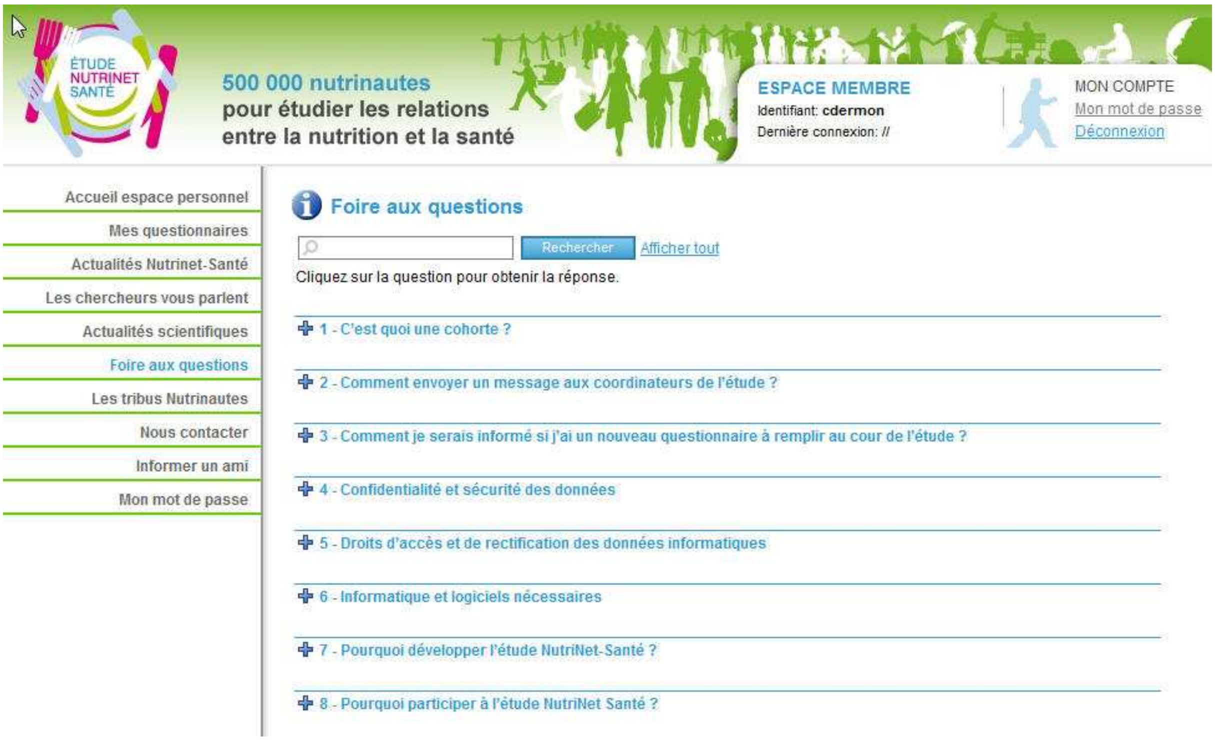
En France, les cancers sont la **première cause de décès chez les hommes** et la deuxième chez les femmes après les maladies cardio-vasculaires. En 2005, le cancer a représenté **29,5 % des causes de décès**, provoquant la mort de 155 407 individus.

En 25 ans, le **nombre annuel de nouveaux cas de cancers a presque doublé** passant de 170 000 en 1980 à 320 000 en 2005. Pendant la même période, le risque de mortalité s'est réduit de 24 %. Cette différence vient d'une régression des cancers les plus dangereux (œsophage, estomac), d'une progression de ceux dépistés précocement et que l'on sait mieux guérir (prostate, sein).

Le nombre de nouveaux cas de cancers varie de manière importante en fonction des régions : l'incidence la plus forte se trouve dans la région Nord-Pas-de-Calais (669 pour 100 000 chez les hommes et 372 chez les femmes) alors que l'incidence la plus faible se rencontre dans la région Midi-Pyrénées (respectivement 398 et 274 pour 100 000).

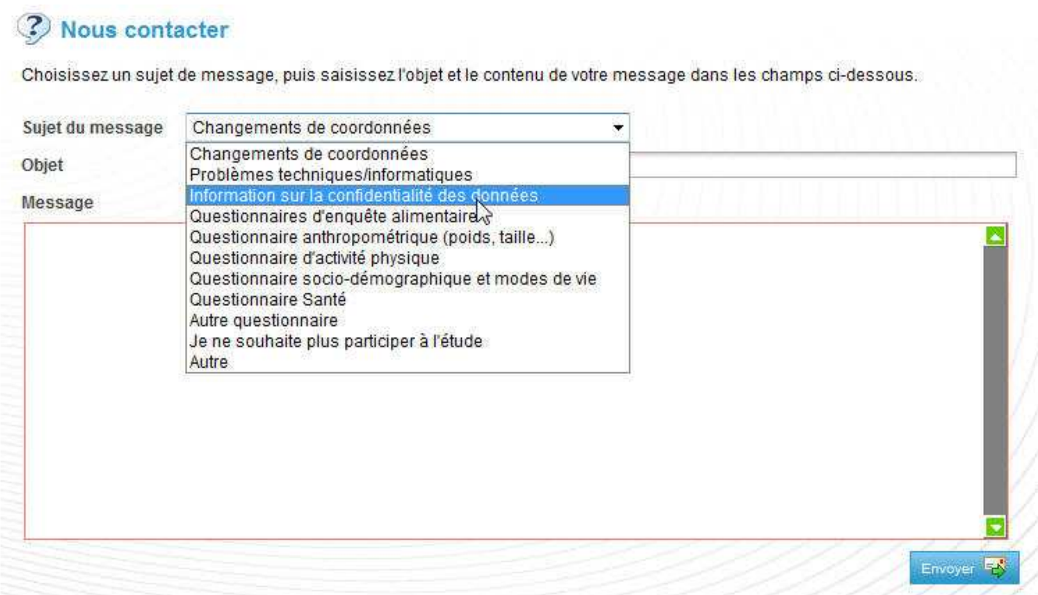
FOIRE AUX QUESTIONS

Comme dans les pages publiques, cette rubrique recense une série de questions attendues au sujet de l'étude ou des modalités d'utilisation du site et les réponses associées. Ces questions sont toutefois adaptées au fait que l'utilisateur est déjà membre du site (pas de question sur l'inscription par exemple).



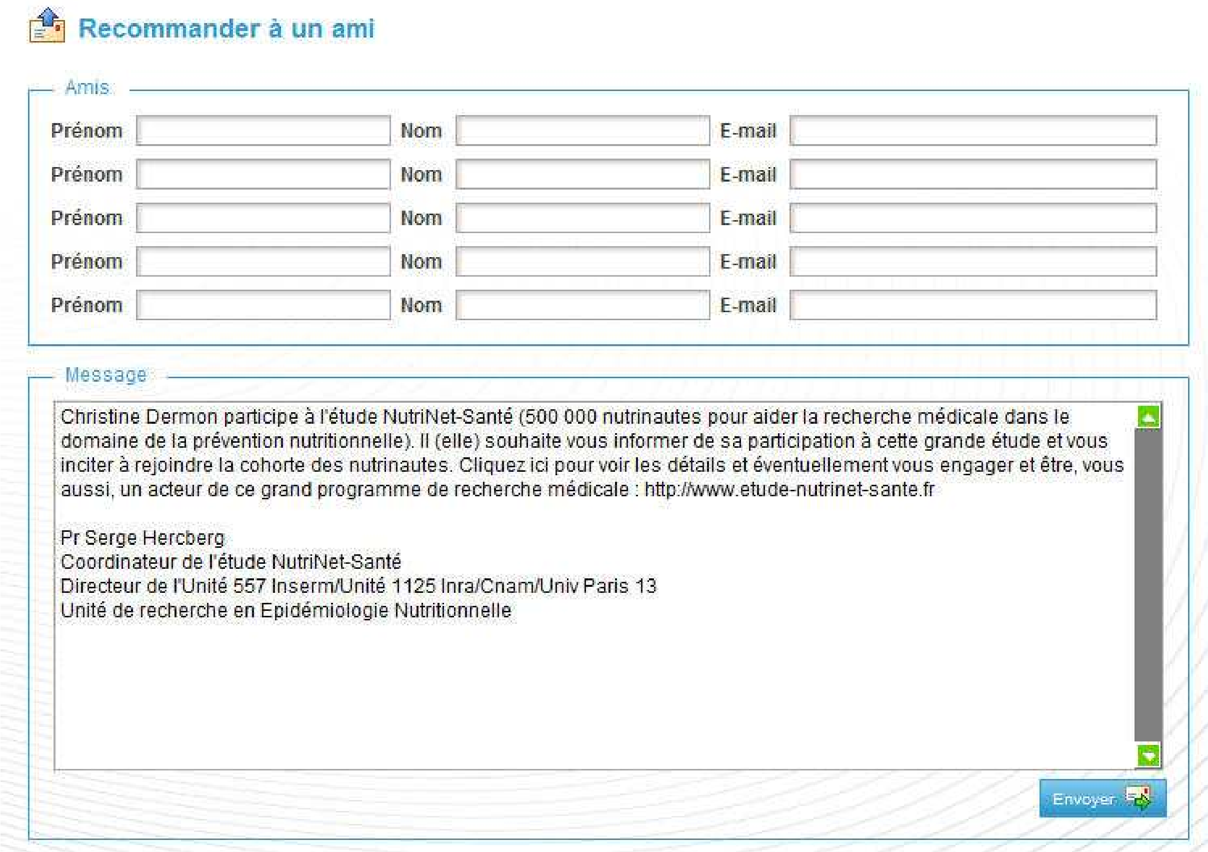
NOUS CONTACTER

Si un Nutrinaute rencontre un problème ou souhaite poser une question, Il peut envoyer un message aux responsables de l'étude via la rubrique « Nous contacter ». Avant de rédiger son message, le Nutrinaute doit sélectionner un sujet dans la liste déroulante (exemple : changement de coordonnées, problèmes techniques informatiques,…). Par ce biais, il peut aussi indiquer son désir de ne plus faire partie de la cohorte.



INFORMER UN AMI

Un système de parrainage est prévu, permettant à un Nutrinaute d'envoyer directement via le site un message pré formaté à l'une de ses connaissances l'incitant à participer à l'étude NutriNet-Santé, en saisissant simplement l'adresse email du destinataire.



MON MOT DE PASSE

Dans la rubrique « Mon mot de passe », le Nutrinaute peut à loisir modifier son mot de passe ; il doit d'abord saisir son ancien mot de passe puis le nouveau mot de passe qu'il a choisi et confirmer ce dernier, avant d'enregistrer.



MON COMPTE

Le Nutrinaute peut, dans cette page, modifier ses informations personnelles : adresse email, adresse postale, numéro(s) de téléphone, nom, civilité, appartenance à une autre cohorte.



LES TRIBUS NUTRINAUTES

Les tribus Nutrinautes

Le site des tribus Nutrinautes



Rejoignez les tribus Nutrinautes, vous y trouverez des jeux, des quiz et des sondages autour de la santé et de la nutrition, un forum de discussion pour échanger sur vos passions et vos centres d'intérêt, ainsi qu'un grand choix d'activités auxquelles vous pourrez participer.

>> Accéder au site des tribus <<

Faire connaître l'étude

Aidez-nous à trouver de nouveaux volontaires, **devenez ambassadeur NutriNet !**

- facebook Rejoignez le groupe facebook NutriNet-Santé !
- Télécharger la signature NutriNet à intégrer dans vos emails *(clic droit sur le lien + Enregistrer la cible sous...)*
  - Mode d'emploi pour Outlook, Outlook Express et Thunderbird
- Télécharger les bannières et encarts web à mettre sur votre site Internet
- Télécharger des exemples d'affiches

Votre carte de nutrinaute

Télécharger ici votre carte de membre personnalisée

Une fois inclus, le Nutrinaute peut télécharger et imprimer sa carte de membre à l'étude NutriNet-Santé. Cette carte est personnalisée et assortie de mini-flyers avec l'adresse du site, que le nutrinaute peut distribuer autour de lui.

Sa carte de membre est disponible dans la rubrique « Les tribus Nutrinautes ». Tant qu'il n'a pas rempli ses 5 questionnaires, le volontaire ne peut pas télécharger sa carte de membre.

www.etude-nutrinet-sante.fr

Paris, le 12/12/2008

Cher(e) XXXX,

Vous trouverez ci-dessous votre carte de Nutrinaute, témoignant de votre participation active à l'étude NutriNet-Santé, grand programme de recherche médicale visant à mieux connaître les relations entre la nutrition et la santé.

Vous pouvez la découper et la conserver. Elle est réservée aux membres de la cohorte des Nutrinautes.

Vous trouverez également, à côté de la carte, des petits carrés à découper qui peuvent vous être utiles, notamment si vous souhaitez informer des amis sur l'adresse du site Internet de l'étude.

Un grand merci pour votre contribution aux progrès de la recherche médicale dans le domaine de la Nutrition.

Bien cordialement,

Pr Serge Hercberg
Coordinateur de l'étude NutriNet-Santé
Directeur de l'Unité 557 Inserm/Unité 1125 Inra/Cnam/Université Paris 13
Unité de recherche en Epidémiologie Nutritionnelle





Chaque année, le Nutrinaute se voit attribuer un diplôme témoignant de sa participation et de sa fidélité à l'étude (1 an = diplôme de cristal, 2 ans = diplôme de nacre, etc.). Ces diplômes sont téléchargeables dans la page des tribus.


DIPLÔME

délivré par

Les Coordinateurs de l'Étude NutriNet-Santé

Pour service rendu à la communauté scientifique et à la Santé Publique par une participation active et efficace à l'Etude NutriNet-Santé depuis le **01/12/08**

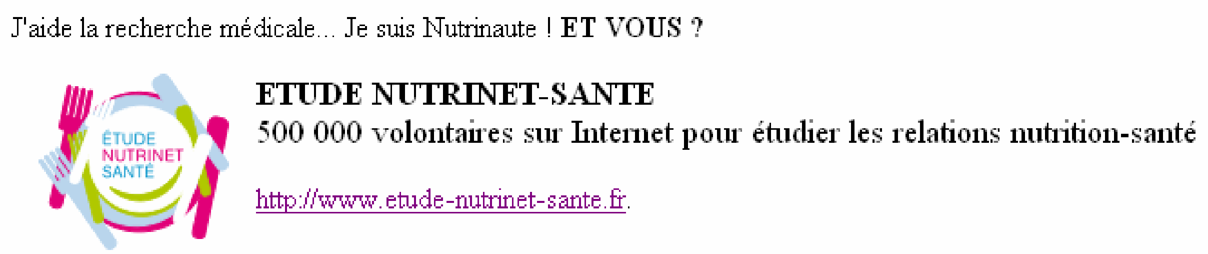
Monsieur/Madame **Anne-Sophie Dupond**
est fait Nutrinaute niveau 1 : **CRISTAL**

Fait à Paris le 12 Décembre 2008

Pr Serge Hercberg
Coordinateur de l'étude NutriNet-Santé
Directeur de l'Unité 557 Inserm/Unité 1125 Inra/Cnam/Université Paris 13
Unité de recherche en Epidémiologie Nutritionnelle

www.etude-nutrinet-sante.fr

Ici, le Nutrinaute peut également télécharger la signature NutriNet pour l'intégrer dans correspondance électronique, ainsi que des bannières Internet, s'il possède un site ou un blog, et des exemples d'affiches à imprimer.





Il peut enfin, à partir de cette page, rejoindre le groupe facebook « NutriNet-Santé : je fais progresser la recherche en surfant ! ».

IV. Le site des tribus Nutrinautes

Un site parallèle, appelé « site des tribus Nutrinautes », est accessible uniquement aux internautes inscrits sur le site de l'étude à partir de la rubrique « Les tribus nutrinautes » de son espace personnel.

Dans ce site, il trouvera :

- un calculateur de ses apports nutritionnels
- des recettes proposées par les Nutrinautes eux-mêmes
- des jeux, quiz
- des informations, dossiers sur l'alimentation
- des photos, proverbes…
- …

